

令和8年4月1日

保護者各位

4月 給食献立表

認定こども園 文化保育園
園長 浅田祐起子
栄養士 林香里

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
1 (水)	牛乳 オレンジ	麻婆丼 中華スープ 中華サラダ	豚ミンチ、玉葱、茄子、葱、赤味噌、醤油 人参、玉葱、ニラ キャベツ、胡瓜、人参、わかめ、醤油	牛乳 焼き芋
2 (木)	牛乳 黄桃	五目寿司 味噌汁 鶏の照り焼き	小松菜、蓮根、人参、ジャコ、醤油 人参、しめじ、豆苗 鶏肉、醤油	牛乳 豆乳もち (豆乳、きな粉)
3 (金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 いりどり 五色和え	人参、玉葱、白菜 鶏肉、じゃが芋、大豆、人参、グリーンピース、醤油 小松菜、もやし、人参、しめじ、コン、花鰹、醤油	牛乳 北海道産小麦のたまご蒸しケーキ★ (小麦、卵)
4 (土)	牛乳 ハイハイ☆	スティックパン 肉うどん キウイ	小麦、卵、乳 うどん、牛肉、玉葱、葱、しめじ、人参、醤油	牛乳 市販菓子 (小麦、乳)
6 (月)	牛乳 バナナ	レースパン 澄まし汁 ミトグラタン マカロニサラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、豆苗、醤油 合挽きミンチ、茄子、玉葱、ホルムト、ケチャップ、チーズ マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、練胡麻、醤油	牛乳 きな粉ラスク (麩、マーガリン、きな粉)
7 (火)	牛乳 りんご	中華丼 中華スープ ナムル	豚肉、玉葱、キャベツ、筍水煮、青梗菜、人参、醤油 人参、玉葱、ニラ 小松菜、もやし、人参	牛乳 照り焼きトースト (食パン(小麦)、玉葱、コン、ツナ、醤油)
8 (水)	牛乳 オレンジ	ぶっかけ温うどん 鶏肉の味噌焼き ブロッコリのおかか和え	うどん、豚肉、法蓮草、大根、葱、醤油 鶏肉、白味噌 ブロッコリ、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油	牛乳 寒天のわらび餅風 (黒糖、ゼラチン、きな粉)
9 (木) 誕生日 メニュー	牛乳 黄桃	お花見カレー 春キャベツのサラダ ハンバーグ☆ ヨーグルト☆	豚ミンチ、玉葱、花人参、mixベジタブル、ホルムト、カレールー(小麦) 春キャベツ、胡瓜、人参、ジャコ、醤油 (鶏豚肉)	牛乳 誕生日ケーキ★(小麦、卵、チョコスプレー) ※誕生日プレートにはアモンドが使用されています
10 (金)	牛乳 グレープフルーツ	ゆかり御飯、味噌汁 いり豆腐 わかさぎのから揚げ	人参、小松菜、舞茸 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、醤油 公魚	牛乳 キウイ 鉄強化ウエハス☆ (小麦、卵殻粉) ※つくし〜すみれ組はハイハイになります
11 (土)	牛乳 ハイハイ☆	白胡麻ロール 焼きそば オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺(小麦) 豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、人参、焼きそばソース(小麦)	牛乳 市販菓子☆ (小麦、乳)
13 (月)	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 グラタン きのこサラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、葱、醤油 鶏肉、玉葱、ブロッコリ、マカロニ、チーズ、シチューミックス(小麦、乳) 春キャベツ、豚肉、しめじ、胡瓜、コン	牛乳 田舎パイ★ (小麦、卵、蜂蜜)
14 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、中華スープ 厚揚げの味噌炒め ハンバーグ-サラダ	人参、白菜、ニラ 豚肉、厚揚げ、玉葱、人参、赤味噌、醤油 鶏肉、キャベツ、胡瓜、人参、わかめ、練胡麻、醤油	牛乳 胡麻クッキー (小麦、マーガリン、胡麻)
15 (水)	牛乳 オレンジ	ガパオ風ライス 澄まし汁 三色和え	豚ミンチ、玉葱、人参、コン、ピーマン 人参、大根、豆苗、醤油 青梗菜、もやし、人参、醤油	牛乳 お好み焼き(小麦粉、キャベツ、山芋、豆腐、ツナ、ソース(小麦) 花粉)

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
16 (木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の葱ソース	人参、茄子、舞茸 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、竹輪、人参、醤油 鶏肉、葱、醤油	牛乳 カルピスゼリー (カルピス☆、ゼラチン)
17 (金)	牛乳 グレープフルーツ	わかめ御飯、味噌汁 肉じゃが 赤魚の煮つけ	人参、しめじ、薄揚げ 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 赤魚、醤油	牛乳 きな粉トースト(食パン(小麦)、 きな粉、マーガリン)
18 (土)	牛乳 ハイハイン☆	ロールパン ちゃんぽん キウイ	小麦、卵、乳 中華麺(小麦)、豚肉、キャベツ、玉葱、もやし、人参、青梗菜、コン	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
20 (月)	牛乳 バナナ	クオータール 澄まし汁 豆腐のカレー煮 いんげんの胡麻和え	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 豚肉、豆腐、玉葱、法蓮草、シチュー mix (小麦)、コンソメ(小麦) 三度豆、醤油	牛乳 北海道産小麦のワッフル★ (小麦、卵、乳)
21 (火)	牛乳 りんご	白御飯、中華スープ 回鍋肉 肉団子の甘酢たれ	人参、厚揚げ、ニラ 豚肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、人参、椎茸、赤味噌、長葱 (鶏豚肉) 醤油	牛乳 人参マフィン(小麦、豆腐、 人参、牛乳、バナナ)
22 (水)	牛乳 キウイ	ゆかりご飯、味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 彩りおかか和え	人参、舞茸、茄子 鶏肉、牛蒡、蓮根、玉葱、人参、竹輪、三度豆、醤油 小松菜、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油	牛乳 ぶどうゼリー (ジュース、ゼラチン)
23 (木)	牛乳 黄桃	かやくうどん 生姜焼き オレンジ	うどん、鶏肉、玉葱、人参、しめじ、葱、醤油、薄揚げ 豚肉、玉葱、葱、醤油	牛乳 カレーラスク(麩、マーガリン、コン ソメ(小麦))
24 (金)	牛乳 グレープフルーツ	豆ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 鯖のあんかけ	うずいえんどう豆 人参、しめじ、豆苗 牛肉、豆腐、糸蒟蒻、玉葱、白葱、白菜、水菜、醤油 鯖、醤油	牛乳 ピザトースト (パン(小麦)、玉葱、ピーマ ン、コン、ケチャップ、チーズ)
25 (土)	牛乳 ハイハイン☆	牛丼 澄まし汁 オレンジ	牛肉、玉葱、葱、醤油 人参、小松菜、わかめ、醤油	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
27 (月)	牛乳 バナナ	レズンパン 澄まし汁 ポークビーンズ 蓮コンサダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 豚肉、玉葱、大豆、ピーマン、ケチャップ、コンソメ(小麦) 鶏肉、蓮根、人参、キャベツ、胡瓜、コン、練胡麻、醤油	牛乳 鉄強化プリン☆ (卵)
28 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 厚揚げの肉豆腐 白身魚のみぞれ煮	人参、舞茸、薩摩芋 厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 ホキ、大根、醤油	牛乳 胡麻トースト(食パン(小麦)、 練胡麻、マーガリン)
30 (木)	牛乳 黄桃	ミトスパゲティ チキンゲット☆ ブロッコリーサラダ	スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、ケチャップ、ホルトマ (小麦、卵、乳) ブロッコリー、人参、コン、醤油	牛乳 りんご 鉄強化ウエハース☆ (小麦、卵殻粉) ※つくし〜 すみれ組はハイハインになります



- ・ ☆印は市販品を使用しています。★印はシャトレーゼの商品です。太字は新メニューです。
- ・ 竹輪、蒲鉾、平天、ウイナーは通常、卵乳小麦不使用の商品を使用しています。
- ・ 午後間食に使用する市販菓子の原材料の詳細については、当園ホームページに掲載しています。
- ・ 週に1回ほど「噛む回数を増やす」献立を入れています(根菜類や海藻類など噛みごたえのある食材を使用することで、顎を鍛える、舌の筋肉の発達と舌を動かす操作性の発達を促します)。
- ・ 食材の入荷都合等により、内容を予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。

栄養素別給与栄養量

	エネルギー(kal)	タンパク質(g)	脂質(g)
3歳児未満	462	20.6	16.4
3歳児以上	512	23.5	18.2

