

土曜日のおやつのパンがいちご (いちごジャムパン原材料名)
 ジャムパンになる日があります 小麦粉・塩・砂糖・オリゴ糖・オリーブオイル・

2026年4月 予定献立表

酵母・冷凍いちご・いちごジャム

※日によっては、材料名に記載していない調味料を使用します。ご了承ください。

曜 日	昼 食	材 料 名	乳児対応	3時のおやつ	延長のおやつ	栄養価(昼+おやつ)
月 13 27	魚のキャベツソースかけ さつまいもブルー煮 ごはん 大平燕(熊本県)	魚・キャベツ・小麦粉・バター・牛乳・塩 さつまいも・ブルー・塩・砂糖 胚芽米 春雨・キャベツ・玉葱・もやし・人参・たけのこ・きくらげ・青菜・醤油・塩・かつおだし		夕焼けごはん 胚芽米・油揚げ・しらす・刻み昆布 人参・醤油・酒・塩 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	おかかおにぎり 胚芽米・かつお節・醤油 麦茶	エネルギー 567 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 9.4 g
火 14 28	春のいり豆腐 ごぼうと隠元の味噌和え ごはん 小松菜の味噌汁	鶏卵・豆腐・鶏肉・人参・たけのこ・乾椎茸・グリーンピース・みりん・砂糖・醤油・塩・かつおだし・油 ごぼう・いんげん・キャベツ・人参・味噌・砂糖・酒・かつおだし 胚芽米 小松菜・玉葱・人参・味噌・煮干し・かつおだし		マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩・油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ツナおにぎり 胚芽米・ツナ缶・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 576 kcal たんぱく質 24.4 g 脂質 18.3 g
水 1 15	鶏肉と豆腐の味噌炒め キャベツとアスパラのお浸し ごはん わかめとコーンの味噌汁	豆腐・鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・味噌・みりん・醤油・油 キャベツ・人参・アスパラガス・かつおだし・醤油・かつお節 胚芽米 コーン缶・玉葱・わかめ・味噌・煮干し・かつおだし		シュガートースト 食パン・バター・砂糖 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	味噌おにぎり 胚芽米・味噌・みりん・白ごま 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 16.5 g
木 2 16 30	豚肉の生姜焼き もやしとほうれん草海苔サラダ ごはん 春野菜の味噌汁	豚肉・玉葱・ピーマン・生姜・醤油・みりん・塩・油 もやし・ほうれん草・人参・刻み海苔・油・酢・砂糖・醤油・かつおだし 胚芽米 キャベツ・人参・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	酢抜き	じゃこポテト じゃがいも・しらす・ごま油・塩 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	鮭おにぎり 胚芽米・鮭・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 492 kcal たんぱく質 21.8 g 脂質 20.4 g
金 3 17	魚の塩焼き ひじき大豆煮 ごはん じゃがいもと玉葱の味噌汁	魚・塩 大豆・油揚げ・ひじき・人参・いんげん・醤油・砂糖・かつおだし 胚芽米 じゃがいも・玉葱・人参・わかめ・味噌・煮干し・かつおだし		かしわ飯(福岡県) 胚芽米・鶏肉・ごぼう・人参・乾椎茸 万能ねぎ・醤油・酒 くだもの・牛乳(0歳児 汁物・おにぎり付き)	わかめおにぎり 胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	エネルギー 552 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 13 g
土 4 18	きのこうどん かぶの煮物 くだもの	干めん・豚肉・油揚げ・長ねぎ・人参・しめじ・えのき・なめこ・醤油・みりん・かつおだし かぶ・青菜・人参・砂糖・みりん・醤油・かつおだし くだもの		ジャムパン 食パン・ジャム くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ゆかりおにぎり 胚芽米・ゆかり 麦茶	
月 6 20	肉味噌豆腐 チキンサラダ ごはん きのこの味噌汁	豆腐・牛肉・豚肉・玉葱・人参・生椎茸・小松菜・油・味噌・醤油・砂糖・片栗粉 鶏ささみ・キャベツ・きゅうり・人参・油・酢・砂糖・塩・ケチャップ 胚芽米 なめこ・しめじ・えのき・人参・万能ねぎ・味噌・煮干し・かつおだし	酢→かつおだし	ふかしいも さつまいも くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	おかかおにぎり 胚芽米・かつお節・醤油 麦茶	エネルギー 477 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 13.7 g
火 7 21	春野菜オムレツ 油揚げともやしの三杯酢 ごはん 絹さやの味噌汁	鶏卵・鶏肉・たけのこ・キャベツ・人参・グリーンピース・醤油・みりん・塩・かつおだし・油 油揚げ・もやし・きゅうり・酢・醤油・みりん・砂糖 胚芽米 絹さや・人参・玉葱・わかめ・味噌・煮干し・かつおだし	酢→かつおだし	赤飯 胚芽米・もち米・小豆・黒ごま・塩 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ツナおにぎり 胚芽米・ツナ缶・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 543 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 15.6 g
水 8 22	煮魚 肉じゃが ごはん うどんと豆腐の清汁	魚・醤油・酒・砂糖・みりん・かつおだし 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・白滝・絹さや・砂糖・酒・醤油・油・かつおだし 胚芽米 豆腐・うどん・人参・青菜・わかめ・醤油・塩・かつおだし		パイナップルケーキ(台湾) 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー バター・砂糖・牛乳・鶏卵・パイナップル缶 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	味噌おにぎり 胚芽米・味噌・みりん・白ごま 麦茶	エネルギー 548 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 17.3 g
木 9 23	チキンカレー きゅうりとキャベツの浅漬け アスパラの味噌汁	胚芽米・鶏肉・じゃがいも・玉葱・人参・ピーマン・しめじ・油 バター・小麦粉・カレー粉・塩・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳 キャベツ・きゅうり・人参・醤油・塩・かつおだし アスパラガス・わかめ・万能ねぎ・味噌・煮干し・かつおだし		9日 グリンピースご飯/23日 鯛めし(愛媛県) 9日 胚芽米・グリーンピース・塩・酒 23日 胚芽米・鯛・万能ねぎ・昆布・白ごま・酒・塩・醤油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	鮭おにぎり 胚芽米・鮭・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 612 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 17.4 g
金 10 24	豆腐ツナハンバーグ 小松菜と人参のソテー ごはん かぼちゃの味噌汁	豆腐・ツナ缶・人参・玉葱・生椎茸・万能ねぎ・パン粉(卵無し)・片栗粉・醤油・塩 小松菜・もやし・人参・油・醤油・塩・砂糖 胚芽米 かぼちゃ・玉葱・人参・青菜・味噌・煮干し・かつおだし		チーズマヨパン 強力粉・ドライイースト・砂糖・豆乳・油・塩 チーズ・マヨネーズ(卵無し) くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	わかめおにぎり 胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	エネルギー 535 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 17.3 g
土 11 25	麻婆丼 粉吹きいも 白菜のスープ/くだもの	胚芽米・豆腐・豚肉・長ねぎ・にら・人参・生姜・にんにく・味噌・かつおだし・醤油・酒・片栗粉・油 じゃがいも・塩・青のり 白菜・玉葱・人参・塩・醤油・かつおだし/くだもの		ジャムパン 食パン・ジャム くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	<今月の伝統行事> 7日 入園お祝い(赤飯)	

※栄養価は幼児クラスのもので、乳児クラスの栄養価は幼児の約80%です。○幼児の月平均 エネルギー545kcal たんぱく質22.0g 脂質15.9g カルシウム227mg