

4月 予定献立表

令和7年4月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	
1(火)	果物	あんかけ焼きそば ブロッコリーのツナ和え	おかかおにぎり	豚肉、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、かつお節	幼 536	23.3	
	牛乳	トマトと大根のスープ パナナ	牛乳	ブロッコリー、きゅうり、コーン、ツナ、三温糖、酢、オリーブオイル、ねぎ、トマト、大根、しめじ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	乳 475	20.8	
2(水)	おかし	ご飯 ねぎ塩チキン りんご	きな粉蒸しパン	鶏もも、ねぎ、にんにく、ごま油、片栗粉、ごぼう、玉ねぎ、しめじ、葉ねぎ、豚肉、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 552	24.6	
	牛乳	小松菜のお浸し ごぼうの味噌汁	牛乳	小松菜、人参、きゅうり、えのき、しらす、油揚げ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、小麦粉、BP、きな粉、豆乳	乳 499	22.1	
3(木)	果物	レーズンロール 白身魚のフライ オレンジ	ケチャップライス	カレイ、小麦粉、パン粉、ソース、ケチャップ、じゃが芋、玉ねぎ、鶏肉、小松菜、コーン、だしかつお、だし昆布	幼 530	26.6	
	牛乳	グリーンサラダ じゃが芋のスープ	牛乳	キャベツ、黄パプリカ、きゅうり、ブロッコリー、オリーブオイル、塩、酢、三温糖、醤油、塩、ピーマン	乳 488	23.7	
4(金)	おかし	ハヤシライス ひじきのサラダ	焼きそば	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、もやし	幼 537	23.2	
	牛乳	ほうれん草のスープ いちご	牛乳	ひじき、きゅうり、黄パプリカ、キャベ、三温糖、酢、大根、えのき、ほうれん草、コーン、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	乳 480	20.7	
5(土)	おかし	チャーハン キャベツと鶏の味噌炒め	おかし	コーン、葉ねぎ、豚ひき、ごま油、醤油、塩、玉ねぎ、もやし、わかめ、しめじ、だしかつお、だし昆布	幼 588	23.0	
	牛乳	わかめスープ パナナ	牛乳	ねぎ、人参、キャベツ、黄パプリカ、鶏もも、にんにく、生姜、ごま油、味噌、酒、砂糖、片栗粉	乳 529	21.0	
7(月)	おかし	ご飯 麻婆豆腐 オレンジ	シュガートースト	玉ねぎ、人参、にら、生姜、にんにく、豚ひき、木綿、ごま油、醤油、味噌、三温糖、塩、片栗粉、マーガリン	幼 555	23.5	
	牛乳	春雨サラダ ワンタンスープ	牛乳	春雨、きゅうり、黄パプリカ、鶏ささ身、酢、ねぎ、鶏ひき、ワンタンの皮、葉ねぎ、干し椎茸、だしかつお、だし昆布	乳 490	20.9	
8(火)	果物	煮込みうどん かぼちゃのいとこ煮	鮭ピラフ	ねぎ、人参、しめじ、キャベツ、大根、鶏もも、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、鮭、小松菜	幼 524	19.7	
	牛乳	野菜の海苔和え パナナ	牛乳	かぼちゃ、小豆、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、もやし、もみのり、三温糖、酢、ごま油 、玉ねぎ	乳 462	18.0	
9(水)	おかし	ゆかりご飯 新ごぼうと豚肉の煮物	マープルケーキ	豚肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、白滝、いんげん、生姜、油、だしかつお、だし昆布、醤油、酒、ココア、小麦粉	幼 534	22.4	
	牛乳	ほうれん草の胡麻和え 竹の子の味噌汁	牛乳	ほうれん草、きゅうり、もやし、三温糖、ごま、すりごま、竹の子、ねぎ、わかめ、舞茸、葉ねぎ、味噌、BP、豆乳	乳 485	20.7	
10(木)	果物	さつま芋パン バジルチキン りんご	ジャージャー麺	鶏もも、生姜、バジル粉、オリーブオイル、酒、塩、胡椒、レモン汁、だしかつお、だし昆布	幼 585	27.8	
	牛乳	アスパラとコーンのサラダ 春キャベツのスープ	牛乳	アスパラ、カリフラワー、コーン、きゅうり、ツナ、油、三温糖、酢、玉ねぎ、人参、キャベツ、しめじ、小松菜	乳 487	23.0	
11(金)	おかし	ご飯 カレイの煮つけ パナナ	しらすおにぎり	カレイ、生姜、みりん、玉ねぎ、ほうれん草、しめじ、厚揚げ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 524	26.7	
	牛乳	大根サラダ 厚揚げの味噌汁	牛乳	大根、きゅうり、人参、もやし、しらす、すりごま、酢、三温糖、醤油、ごま油、しらす	乳 466	22.4	
12(土)	おかし	焼肉丼 塩キャベツサラダ	おかし	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉	幼 623	26.3	
	牛乳	さつま芋の味噌汁 パナナ	牛乳	キャベツ、きゅうり、いり、ごま、酢、さつま芋、しめじ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	乳 551	23.1	
14(月)	おかし	ご飯 鶏の照り焼き りんご	セサミクリーム サンド	鶏もも、生姜、みりん、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、豚肉、だしかつお、だし昆布	幼 569	25.9	
	牛乳	切干大根の和え物 ほうれん草の味噌汁	牛乳	切干大根、人参、きゅうり、コーン醤油、三温糖、酢、ごま油、味噌 すりごま、マーガリン	乳 519	23.5	
15(火)	果物	ミートソーススパゲティ オレンジ	わかめおにぎり	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットマト、トマトピューレ、にんにく、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、醤油、わかめ	幼 581	22.2	
	牛乳	ブロッコリーのマヨサラダ かぼちゃのスープ	牛乳	ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、ツナ、マヨネーズ、レモン汁、かぼちゃ、ねぎ、干し椎茸、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 524	20.0	
16(水)	おかし	赤飯 すき焼き風煮 いちご	ブルーベリー チーズケーキ	豚肩ロース、焼き豆腐、白菜、ごぼう、白滝、スナップエンドウ、牛脂、だしかつお、だし昆布、醤油、酒、三温糖、クリームチーズ、豆乳	幼 605	24.5	
	牛乳	梅おかか和え 小松菜の味噌汁	牛乳	キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、ねり梅、かつお節、人参、玉ねぎ、大根、えのき、舞茸、小松菜、味噌、小麦粉、ブルーベリージャム、BP	乳 531	21.7	
17(木)	果物	胚芽ロール 鮭のクリームソース パナナ	中華おこわ	鮭、玉ねぎ、コーン、生姜、牛乳、パセリ、小麦粉、油、胡椒、カットトマト、しめじ、キャベツ、だしかつお、だし昆布、ケチャップ	幼 586	30.1	
	牛乳	じゃが芋のサラダ ミネストローネ	牛乳	じゃが芋、人参、ブロッコリー、黄パプリカ、ツナ、にんにく、オリーブオイル、塩、酢、醤油、三温糖、ほうれん草、豚肉、竹の子、干し椎茸	乳 513	26.3	
18(金)	おかし	ご飯 鶏のから揚げ りんご	カレーマカロニ	鶏もも、生姜、片栗粉、酒、油、玉ねぎ、人参、えのき、小松菜、わかめ、豆腐、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 528	27.5	
	牛乳	大根のシャキシャキサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳	大根、きゅうり、人参、もやし、しらす、すりごま、酢、三温糖、醤油、ごま油、カレー粉、ピーマン、豚ひき	乳 476	23.9	
19(土)	おかし	中華丼 豚ばら大根	おかし	玉ねぎ、竹の子、椎茸、キャベツ、にんにく、生姜、青梗菜、豚肉、ごま油、塩、醤油、片栗粉	幼 618	22.9	
	牛乳	もやしのスープ パナナ	牛乳	豚ばら、人参、大根、だしかつお、だし昆布、三温糖、酒、もやし、ねぎ、人参、舞茸、葉ねぎ	乳 546	20.5	
21(月)	おかし	グリーンピースご飯 鰯のねぎ塩焼き	黒糖蒸しパン	鰯、ねぎ、にんにく、生姜、ごま油、塩、みりん、片栗粉、玉ねぎ、しめじ、キャベツ、ほうれん草、だしかつお、小麦粉、BP	幼 525	23.9	
	牛乳	さ身の和え物 キャベツの味噌汁 オレンジ	牛乳	鶏ささ身、人参、ブロッコリー、きゅうり、コーン、ごま、すりごま、醤油、三温糖、酢、ごま油、だし昆布、味噌、黒糖、豆乳	乳 475	21.5	
22(火)	果物	醤油ラーメン 鶏と大根の煮物	ツナご飯	ねぎ、キャベツ、コーン、ニラ、にんにく、生姜、豚肉、だしかつお、だし昆布、味噌、醤油、塩、ごま油、ツナ	幼 572	27.6	
	牛乳	胡瓜とアスパラのサラダ パナナ	牛乳	大根、鶏もも、いんげん、三温糖、キャベツ、人参、きゅうり、アスパラガス、もやし、酢、オリーブオイル、塩昆布	乳 516	24.3	
23(水)	おかし	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 いちご	煮込みうどん	玉ねぎ、人参、竹の子、干し椎茸、にら、生姜、にんにく、豚ひき、厚揚げ、春雨、醤油、三温糖、塩、醤油、塩、鶏肉	幼 531	23.6	
	牛乳	野菜の胡麻酢和え 新ごぼうの味噌汁	牛乳	大根、きゅうり、黄パプリカ、すりごま、酢、ごぼう、えのき、葉ねぎ、豚ばら、油揚げ、だしかつお、だし昆布、味噌、小松菜	乳 480	21.3	
24(木)	果物	バターロール チキントマトソース りんご	いなりおにぎり	鶏もも、玉ねぎ、しめじ、黄パプリカ、トマト、にんにく、塩、こしょう、油、ケチャップ、油揚げ	幼 538	22.8	
	牛乳	コールスローサラダ いんげんのスープ	牛乳	キャベツ、人参、きゅうり、コーン、オリーブオイル、酢、三温糖、いんげん、ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 500	20.6	
25(金)	おかし	3色おにぎり 鮭の桜あん 菜の花と舞茸味噌汁	いちごのティラミス パフェ	鮭、桜の塩漬、生姜、スナップエンドウ、玉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油、片栗粉、ゆかり、青のり、生クリーム、イチゴ	幼 595	24.5	
	牛乳	人参とパルメザンチーズマリネ パナナ	牛乳	人参、白菜、胡瓜、じゃこ、レモン汁、パルメザンチーズ、オリーブオイル、菜の花、油揚げ、玉ねぎ、舞茸、味噌、クリームチーズ、クラッカー	乳 516	21.6	
26(土)	おかし	ピラフ 鶏の洋風煮 パナナ	おかし	ピーマン、コーン、鶏肉、バター、醤油、塩、こしょう、ねぎ、青梗菜、かぶ、舞茸、だしかつお、だし昆布	幼 584	23.6	
	牛乳	チンゲン菜のスープ	牛乳	玉ねぎ、人参、にんにく、キャベツ、鶏もも、カットトマトケチャップ、塩、こしょう、三温糖	乳 521	21.1	
28(月)	おかし	チキンカレー しょうゆフレンチ	あんこトースト	鶏もも、にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、カットマト、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう	幼 594	23.9	
	牛乳	春雨スープ いちご	牛乳	キャベツ、きゅうり、コーン、酢、春雨、ねぎ、えのき、小松菜、鶏ひき、だしかつお、だし昆布、醤油、ごま油、こしあん	乳 510	20.1	
29(火)		昭和の日				幼 乳	
30(水)	おかし	ご飯 きのこハンバーグ	バナナケーキ	豚ひき、玉ねぎ、人参、椎茸、舞茸、しめじ、ゼラチン、パン粉、豆乳、塩、こしょう、ケチャップ、ソース、三温糖、バナナ、小麦粉	幼 565	23.1	
	牛乳	野菜の浅漬け 油揚げの味噌汁	牛乳	きゅうり、白菜、大根、塩、醤油、酢、ねぎ、葉ねぎ、キャベツ、油揚げ、だし昆布、味噌、油、だしかつお、豆乳、マーガリン、BP	乳 511	20.9	
※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。				基準値 幼児 579 24.6 乳児 473 20.1	平均値	幼 565 24.5 乳 502 21.7	
※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。							

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	579	24.6
	乳児	473	20.1

平均値	幼	565	24.5
	乳	502	21.7