



4月予定および献立表



2025年4月1日
東奈良敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です

日曜日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	火	始業式	中華風ローストチキン じゃこサラダ 味噌汁 フルーツ	鶏肉 ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン しめじ、油揚げ、豆腐 パイン缶	黒糖蒸しパン ●牛乳
2	水		鰯の香味焼き おかか和え 豚汁	さわら ほうれん草、白菜、人参、竹輪 豚肉、大根、人参、ごぼう、さつまいも、ねぎ	フルーツ寒天 クラッカー ●牛乳
3	木		豚肉の味噌炒め マカロニサラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ツナ、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ わかめ、えのき	●きなこ揚げパン ●牛乳
4	金		ラーメン 大豆サラダ フルーツ	豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、かまぼこ、コーン、わかめ、中華麺 大豆、ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 オレンジ	大学芋 ●牛乳
5	土	入園式	カレーピラフ 中華風酢の物 中華スープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン きゅうり、もやし、人参 大根、しめじ	●おからクッキー ●牛乳
6	日	お休み			
7	月		鶏肉の唐揚げ ひじきサラダ 味噌汁	鶏肉 ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豆腐、油揚げ、ほうれん草	おひさまゼリー せんべい ●牛乳
8	火		鮭の西京焼き 胡麻和え けんちん汁	鮭 ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 鶏肉、大根、人参、ごぼう、里芋、蒟蒻、ねぎ	●青のりトースト ●牛乳
9	水		わかめご飯 味噌汁 肉じゃが キャベツとみかんのサラダ	ゆかり 豆腐、えのき、小松菜 豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、しらたき、いんげん キャベツ、きゅうり、みかん缶、レーズン	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
10	木		豚肉の生姜焼き ●★春雨サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、もやし、きゅうり、人参、春雨 キャベツ、油揚げ	マカロニきなこ ●牛乳
11	金	体育あそび	中華丼 酢の物 ●チーズ	豚肉、白菜、人参、いか、小松菜、干椎茸 ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根 チーズ	●マシュマロおこし ●牛乳
12	土	家庭の日 (幼児お弁当)	チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、いんげん キャベツ、きゅうり、人参、ブロッコリー じゃがいも、わかめ	●★どらやき ●牛乳
13	日	お休み			
14	月	Jリーグ 個人面談(幼児)	●タンドリーチキン ●★ひじきマヨサラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ハム、ひじき、キャベツ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ 豆腐、しめじ、ほうれん草	●プリン せんべい ●牛乳
15	火	E~たいむ スイミング	鯖の梅煮 カニカマサラダ サンラータン	さば かにかまぼこ、キャベツ、人参、大根、きゅうり、コーン 鶏肉、白菜、人参、干椎茸、にら、春雨	だししゃかポテト ●牛乳

日曜日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	水		ゆかりご飯 豚肉のしぐれ煮 湯葉和え 味噌汁	ゆかり 豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、人参、さつま揚げ、湯葉 えのき、豆腐	●★スティックパン ●牛乳
17	木	交通安全教室 習字	豚肉のプルコギ炒め 中華サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、青梗菜、春雨 ブロッコリー、きゅうり、コーン わかめ、大根	●ココア蒸しパン ●牛乳
18	金	体育あそび	●★パン フルーツ ミネストローネ じゃことひじきのサラダ	パン りんご 豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、大豆、トマト缶、セロリ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、コーン、パプリカ	筍ごはん ●牛乳
19	土		●クリームスパゲティ コーンサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ほうれん草、牛乳、スパゲティ コーン、キャベツ、きゅうり、人参 オレンジ	焼きおにぎり ●牛乳
20	日	お休み			
21	月	個人面談(乳児) 避難訓練	鶏肉のマーマレード焼き ポン酢和え 味噌汁 フルーツ	鶏肉 ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 豆腐、えのき、小松菜 黄桃缶	おからナゲット ●牛乳
22	火	E~たいむ スイミング	豆ご飯 鯛の竜田揚げ ●★ハムサラダ 味噌汁	えんどう豆 鯛 ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、油揚げ	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
23	水	お誕生会 シーツ交換 (幼児)	チキンカレー キャベツとパインのサラダ ●チーズ	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ キャベツ、パイン缶、きゅうり、レーズン チーズ	●★バースディケーキ ●牛乳
24	木	習字 シーツ交換 (乳児) 進級記念写真撮影	●肉団子の甘酢ソース ★ばんさんすう ワンタンスープ	肉団子 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、錦糸卵 豚ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参、にら、干椎茸、餃子の皮	●ジャムパン ●牛乳
25	金	体育あそび	豚肉のオイスターソテー ツナサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 豆腐、しめじ、小松菜	●フルーツヨーグルト ●ビスコ
26	土	家庭の日 (幼児お弁当)	豆腐ハンバーグ コールスローサラダ スープ	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ キャベツ、人参、きゅうり、レーズン じゃがいも、しめじ	●チョコバナナ風蒸しパン ●牛乳
27	日	お休み			
28	月		鶏肉のごま風味焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉 ほうれん草 ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん キャベツ、油揚げ	●★おかかマヨトースト ●牛乳
29	火	昭和の日			
30	水		しっぽくうどん ポン酢和え フルーツ ●チーズ	鶏肉、大根、人参、ごぼう、油揚げ、白菜、干椎茸、うどん ブロッコリー、人参、コーン、ツナ 黄桃缶 チーズ	夕焼けおにぎり ●牛乳

・マヨドレは特定原材料8品目不使用のものを使用しています。

今月の一人当たりの栄養素

(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	530	19.9	14.7	270	2.3	0.32	0.36	23	—	1.6未満
平均	577	20.7	16.6	273	2.3	0.42	0.45	23	4.4	1.7



- ・献立内容は仕入れ等の状況により、若干変更する場合がございます。
- ・アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ・乳児は朝おやつとして、せんべい、クッキーなどを提供しています。

