



# 4月予定および献立表

2025年4月1日  
郡山敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 火		鮭の西京焼き / 添野菜 ひじき煮 みそ汁	鮭、白みそ / 南瓜 ひじき、竹輪、人参、しらたき、大豆、いんげん キャベツ、小松菜、青ねぎ	●シナモン揚げパン ●牛乳
2 水		麻婆丼 カニカマサラダ サンラータン	豚挽肉、豆腐、玉ねぎ、ニラ、甜麺醬 キャベツ、カニカマ、人参、胡瓜、コーン 鶏肉、白菜、人参、筍、干し椎茸、春雨	●おからクッキー ●牛乳
3 木	始業式	中華風ローストチキン/添野菜 コーンサラダ みそ汁	鶏肉、玉ねぎ、ごま / ブロccoli キャベツ、胡瓜、人参、コーン 厚揚げ、もやし、青ねぎ	大学芋 ●牛乳
4 金	入園式	わかめご飯 / 肉じゃが ポン酢和え みそ汁	わかめ/豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、しらたき、いんげん 竹輪、キャベツ、胡瓜、人参、えのき、ポン酢 豆腐、油揚げ、青ねぎ	マカロニきな粉 ●牛乳
5 土		炒飯 中華風サラダ 豆乳スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、コーン ツナ、胡瓜、もやし、コーン ウィンナー、玉ねぎ、人参、キャベツ、豆乳	●チョコバナナ風蒸しパン ●牛乳
6 日				
7 月	慣らし保育始まり	鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、マーマレード / ほうれん草 ブロッコリー、キャベツ、人参、コーン しめじ、玉ねぎ、パセリ	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
8 火	体育遊び(幼児)	豚肉のプルコギ炒め ばんさんすう サムゲタン風スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、春雨 カニカマ、胡瓜、人参、もやし 鶏肉、大根、干し椎茸、白ねぎ、もち米	●豆腐ドーナツ ●牛乳
9 水	シーツ交換(乳児)	しっぽくうどん 春巻き / フライドポテト フルーツ	うどん、鶏肉、かまぼこ、大根、人参、里芋、油揚げ、干し椎茸、青ねぎ 春巻き / じゃが芋 バナナ	中華おこわ ●牛乳
10 木	シーツ交換(幼児)	菜飯 / 鯛のおろし煮 磯和え みそ汁	菜飯の素 / 鯛、大根 白菜、小松菜、人参、のり 新じゃが芋、玉ねぎ、青ねぎ	★●ツナマヨパン ●牛乳
11 金		豚肉のしぐれ煮 ツナサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ツナ、キャベツ、胡瓜、大根、人参 しめじ、もやし、青ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
12 土	土曜保育 (幼児お弁当日) 園庭開放	ラーメン ブロッコリーのかにあん ゼリー	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、青ねぎ ブロッコリー、カニカマ ゼリー	●どら焼き ●牛乳
13 日				
14 月	一日保育始まり	鶏肉の唐揚げ/添野菜 コールスローサラダ みそ汁	鶏肉 / ブロccoli キャベツ、人参、胡瓜、コーン、レーズン 豆腐、麩、青ねぎ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
15 火	体育遊び(幼児)	豚肉の生姜焼き ★ポテトサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ツナ、じゃが芋、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ 厚揚げ、キャベツ、青ねぎ	●キャラメルラスク ●牛乳
16 水	お習字(きりん)	★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー じゃことひじきのサラダ	パン / 黄桃缶 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ブロッコリー、ルウ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、人参、胡瓜	春色おはぎ ●牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
17 木	避難訓練	豆ご飯 / 鯖の梅煮 酢の物 けんちん汁	うすいえんどう豆 / 鯖、梅肉 大根、胡瓜、カニカマ、人参 鶏肉、ごぼう、人参、干し椎茸、油揚げ、青ねぎ	★●キャロットケーキ ●牛乳
18 金	E~たいむ(幼児) 個人面談スタート	ミートスパゲティ 大豆サラダ フルーツ	スパゲティ、合挽肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト缶、ケチャップ、上新粉 キャベツ、人参、胡瓜、大豆 パイン缶	フライドポテト ●牛乳
19 土		●えびピラフ ウィンナーソーテー コンソメスープ	えび、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、バター ウィンナー、玉ねぎ、小松菜 キャベツ、じゃが芋、パセリ	●コーンパンケーキ ●牛乳
20 日				
21 月	スイミング(きりん)	★鮭寿司 ひじきと高野豆腐の煮物 すまし汁	鮭、胡瓜、大葉、ごま、錦糸卵、のり ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、玉ねぎ、いんげん 麩、わかめ、三つ葉	●シリアルクッキー ●牛乳
22 火	体育遊び(幼児)	★おから入りひじきハンバーグ/添野菜 おかか和え みそ汁	合挽肉、玉ねぎ、ひじき、おから、パン粉、卵、牛乳、ケチャップ/ブロッコリー ほうれん草、人参、白菜、花かつお 南瓜、しめじ、青ねぎ	●フルーツヨーグルト ●ビスケット
23 水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	鯛の唐揚げオニオンソース じゃこサラダ 豚汁	鯛、玉ねぎ キャベツ、ちりめんじゃこ、胡瓜、人参、コーン 豚肉、ごぼう、大根、人参、さつま芋、青ねぎ	夕焼けおにぎり ●牛乳
24 木	進級写真(うさぎ~) お誕生会 シーツ交換(幼児)	チキンカレー グリーンサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ルウ キャベツ、ブロッコリー、胡瓜、コーン オレンジ	★●バースデーケーキ ●牛乳
25 金	E~たいむ(幼児) Jリーグ(いぬ・きりん)	★●ナムル わかめスープ	筍、人参、油揚げ / 肉団子、ケチャップ / ゆかりキャベツ ハム、もやし、人参、胡瓜、ごま わかめ、大根、青ねぎ	★●お好み焼き ●牛乳
26 土	土曜保育 (幼児お弁当日) 園庭開放	焼きそば風スパゲティ ●揚げしゅうまい みそ汁	スパゲティ、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、もやし しゅうまい 油揚げ、わかめ、青ねぎ	●さつま芋もち ●牛乳
27 日				
28 月	スイミング(きりん)	鶏肉の照り焼き/★添野菜 キャベツとみかんのサラダ ★コーンと卵のスープ	鶏肉 / ブロccoli、マヨネーズ キャベツ、人参、胡瓜、みかん缶、レーズン クリームコーン、卵、青ねぎ	★●アメリカンドッグ ●牛乳
29 火	昭和の日			
30 水	個人面談おわり	★●パン / フルーツ チキンのトマト煮 ★●ハムサラダ	パン / バナナ 鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、トマト缶 ハム、キャベツ、胡瓜、人参、コーン	★●オレンジケーキ ●牛乳

- ◆献立内容は仕入れ等の状況により、変更する場合があります
- ◆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ください
- ◆乳児クラスは、朝おやつにせんべいやビスケット等を提供しています。

## 今月の一人当たりの栄養量(3歳児)

	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A (μg)	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	517	19.4	14.4	230	2	200	0.3	0.35	23	4	1.6
平均	546	21	15.5	237	2.2	200	0.36	0.41	25	4.5	1.7