



# 4月予定および献立表



2025年4月1日

●は乳、★は卵を使用している献立です。 彩都敬愛保育園

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 火		筍ご飯/鮭の塩焼き ひじき煮 みそ汁	筍、油揚げ、人参/ 鮭 ひじき、竹輪、人参、白滝、大豆、いんげん キャベツ、小松菜、青葱	●お麩ラスク ●牛乳
2 水		麻婆丼 カニカマサラダ サンラータン	豚肉、豆腐、玉葱、にら、青葱、オイスターソース、甜麩醬 カニカマ、人参、胡瓜、キャベツ、コーン 鶏肉、白菜、人参、筍、干椎茸、春雨	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
3 木		中華風ローストチキン/添野菜 コーンサラダ みそ汁	鶏肉、玉葱、胡麻/ ブロccoli コーン、キャベツ、人参、胡瓜 厚揚げ、もやし、青葱	春色おはぎ ●牛乳
4 金	入園式	ゆかりご飯/肉じゃが ポン酢和え みそ汁	ゆかり/豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、干椎茸、いんげん 竹輪、キャベツ、人参、胡瓜、えのき、ポン酢 ほうれん草、大根	●豆腐ドーナツ ●牛乳
5 土		カレーピラフ グリーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、カレー粉 キャベツ、胡瓜、小松菜 玉葱、人参、、パセリ	●ホットドッグ ●牛乳
6 日				
7 月		鶏肉のマーレード焼き/添野菜 ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、マーレードジャム/ ほうれん草 ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン しめじ、南瓜、パセリ	●フルーツヨーグルト ●ビスコ
8 火		鯛のおろし煮 磯和え みそ汁	鯛、大根 海苔、白菜、ほうれん草、人参 新じゃが芋、玉葱、小松菜	●キャロットケーキ ●牛乳
9 水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	豚肉のプルコギ風 バンサンスウ サムゲタン風スープ	豚肉、玉葱、人参、チンゲン菜、春雨 カニカマ、胡瓜、人参、もやし 鶏肉、大根、干椎茸、白ねぎ、もち米	●きな粉揚げパン ●牛乳
10 木	シーツ交換 (りす)	しっぽくうどん 揚げ餃子 フルーツ	うどん、鶏肉、蒲鉾、大根、人参、里芋、油揚げ、干椎茸、青葱 餃子 黄桃缶	中華おこわ ●牛乳
11 金		豚肉のしぐれ煮 ツナサラダ みそ汁	豚肉、牛蒡、人参、玉葱、いんげん ツナ、胡瓜、キャベツ、大根、人参 しめじ、もやし、油揚げ、青ねぎ	●おからクッキー ●牛乳
12 土	家庭の日	●クリームスパゲティ ブロッコリーとトマトのサラダ コンソメスープ	スパゲティ、鶏肉、玉葱、しめじ、ほうれん草、牛乳、ルウ ブロッコリー、トマト じゃが芋、わかめ	●ジャムサンド ●牛乳
13 日				
14 月		鶏のから揚げ/添野菜 コールスローサラダ みそ汁	鶏肉/もやし キャベツ、コーン、胡瓜、人参、レーズン、パセリ 白玉麩、豆腐、油揚げ、青葱	●シリアルクッキー ●牛乳
15 火		豚の生姜焼き ★ポテトサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、キャベツ じゃが芋、ツナ、胡瓜、コーン、人参、マヨネーズ 厚揚げ、キャベツ、青葱	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
16 水		★●パン/フルーツ ●クリームシチュー じゃことひじきのサラダ	パン/ バナナ 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、牛乳、ルウ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、胡瓜、人参	大学芋 ●牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
17 木		菜飯/鯖の梅煮 酢の物 けんちん汁	菜飯の素、ごま/ 鯖、梅肉 カニカマ、胡瓜、大根、人参 鶏肉、牛蒡、人参、干椎茸、油揚げ、青	★●ツナマヨサンド ●牛乳
18 金	避難訓練	ミートスパゲティ 大豆サラダ フルーツ	スパゲティ、豚肉、牛肉、玉葱、人参、ピーマン、トマト缶、ケチャップ、パセリ、上新粉 大豆、キャベツ、胡瓜、人参 オレンジ	玄米鮭おにぎり
19 土		炒飯 中華サラダ 中華スープ/ゼリー	豚肉、玉葱、人参、干椎茸、小松菜、青ねぎ ツナ、胡瓜、もやし、コーン 豆腐、玉葱、胡麻、青ねぎ/ミニゼリー	★●どら焼き ●牛乳
20 日				
21 月	個人懇談 (21日～ 5月10日迄)	★鮭寿司 ひじきと高野豆腐の煮物 すまし汁	鮭、胡瓜、大葉、錦糸卵、胡麻、海苔 ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん 白玉麩、わかめ、三つ葉	マカロニきな粉 ●牛乳
22 火		鯛の唐揚げオニオンソース じゃこサラダ 豚汁	鯛、玉葱 ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 豚肉、牛蒡、大根、人参、青葱、薩摩芋	●セサミトースト ●牛乳
23 水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ) 避難訓練	★おから入りひじきハンバーグ/添野菜 おかか和え みそ汁	牛肉、豚肉、玉葱、パン粉、おから、ひじき、鶏卵、ソース、ケチャップ/ミニトマト ほうれん草、白菜、人参、かつお節 南瓜、しめじ、ほうれん草	★お好み焼き ●牛乳
24 木	シーツ交換 (りす)	●肉団子の甘酢あん/添野菜 ナムル わかめスープ	肉団子、ケチャップ/ キャベツ、ゆかり ハム、もやし、人参、胡瓜、胡麻 わかめ、大根、胡麻	いなり寿司
25 金		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、みかん、胡瓜、人参、レーズン クリームコーン、鶏卵、青葱	●チョコバナナ蒸しパン ●牛乳
26 土	家庭の日	牛丼 胡麻和え みそ汁	牛肉、玉葱、しらたき、青葱 白菜、人参、胡麻 キャベツ、しめじ	●マッシュマロおこし ●牛乳
27 日				
28 月	誕生会	チキンカレー グリーンサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、しめじ、ルウ ブロッコリー、人参、コーン、キャベツ、胡瓜 ヨーグルト	★●バースデーケーキ ●牛乳
29 火				
30 水		★●パン/フルーツ チキンのトマト煮 ハムサラダ	パン/ パイン缶 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、トマト缶 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン	★●ポパイケーキ ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、若干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下さい。

■朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

## 今月の乳児1日の1人あたりの栄養素

	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	501	18.8	13.9	202	2	184	0.24	0.24	21	—	1.4
平均	478	17.2	14.5	191	2	2	0.3	0.31	16	—	1.2