



# 4月予定および献立表



2025年4月1日  
けいあいルンビニ五月が丘

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 火	始業式	せんべい	鯛のおろし煮 ひじき煮 みそ汁	鯛、大根 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	●とうふドーナツ ●牛乳
2 水	満月ボン	アスパラガス ビスケット	麻婆丼 カニカマサラダ サンラータン	豚肉、豆腐、玉葱、にら、オイスターソース、テンメンジャン、みそ カニカマ、人参、胡瓜、キャベツ、コーン 鶏肉、白菜、人参、筍、干し椎茸、春雨	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
3 木	アスパラガス ビスケット	中華風ローストチキン/添野菜	鶏肉、玉葱、胡麻/ブロッコリー 切り干し大根の酢の物 みそ汁	鶏肉、玉葱、胡麻/ブロッコリー 切干大根、人参、胡瓜、平天 厚揚げ、もやし、青ねぎ	大学芋 ●牛乳
4 金	ビスケット	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、しらたき、干椎茸、いんげん 竹輪、キャベツ、人参、胡瓜、えのき、ゆず果汁 ほうれん草、大根	おはぎ ●牛乳	
5 土	ビスコ	●サンドイッチ ささみと南瓜ごまサラダ コンソメスープ	パン、ツナ、チーズ、キャベツ、マヨドレ ささみ、南瓜、人参、きゅうり、ごま 玉ねぎ、じゃが芋	チョコバナナ風蒸しパン ●牛乳	
6 日					
7 月	クラッカー	●肉団子甘酢あんかけ ●ナムル わかめスープ	肉団子、ケチャップ もやし、人参、ほうれん草、ごま わかめ、大根、青ねぎ	★●スナックパン ●牛乳	
8 火	せんべい	菜飯/鯖の梅煮 磯和え みそ汁	菜飯の素、ごま/鯖、梅肉 白菜、ほうれん草、人参、のり 新じゃがいも、玉葱、小松菜	★●チーズホットケーキ ●牛乳	
9 水	満月ボン	豚肉のブルコギ風 パンサンスウ 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、干し椎茸、白ねぎ、もち米	●シナモン揚げパン ●牛乳	
10 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	●パン/●チーズ チキンのトマト煮 ツナサラダ	パン / チーズ 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、トマト缶、にんにく ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン	中華おこわ ●牛乳
11 金	ビスケット	けんちんうどん ちくわ磯部揚げ フルーツ	うどん、鶏肉、大根、人参、ごぼう、油揚げ、干し椎茸、青ねぎ ちくわ、青のり バナナ	ふかし芋 ●牛乳	
12 土	ビスコ	焼きそば ブロッコリーのごま和え みそ汁	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ソース ブロッコリー、人参、ごま かぼちゃ、えのき、青ねぎ	せんべい ミニゼリー ●牛乳	
13 日					
14 月	面接懇談会 (~17日)	クラッカー	鶏のから揚げ/添野菜 ★ポテトサラダ みそ汁	鶏肉、しょうが、玉ねぎ / もやし じゃが芋、ハム、胡瓜、コーン、人参、マヨネーズ 白玉麩、豆腐、油揚げ、青ねぎ	★●りんごケーキ ●牛乳
15 火	せんべい	豚のしょうが焼 コールスローサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しょうが キャベツ、コーン、胡瓜、人参、レーズン、パセリ 厚揚げ、えのき、青ねぎ	★●ツナサンド ●牛乳	
16 水	満月ボン	●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 / パイン 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、牛乳、バター、米粉 じゃこ、ひじき、キャベツ、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ	玄米おにぎり ●牛乳	

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
17 木		アスパラガス ビスケット	筍ご飯/鮭の塩焼き 酢の物 けんちん汁	筍、油揚げ、人参/鮭 ちくわ、胡瓜、大根、人参 鶏肉、牛蒡、人参、干し椎茸、油揚げ、青ねぎ	★●ココアツイスト ●牛乳
18 金		ビスケット	●ハヤシライス ブロッコリーサラダ フルーツ	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、デミグラスソース、バター キャベツ、ブロッコリー、人参 オレンジ	フルーツゼリー ミレービスケット ●牛乳
19 土	ビスコ	炒飯 中華サラダ スープ/ゼリー	豚肉、玉葱、人参、干し椎茸、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	たい焼き ●牛乳	
20 日					
21 月	避難訓練	クラッカー	マーマレード焼き/添野菜 ★マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉、マーマレードジャム / ほうれん草 マカロニ、きゅうり、人参、コーン、ハム、マヨネーズ しめじ、南瓜、パセリ	●フルーツヨーグルト (バナナ、みかん、フルーツミックス) ★●パウムクーヘン
22 火		せんべい	★●おからひじきハンバーグ おかか和え みそ汁	牛肉、豚肉、玉葱、パン粉、おから、ひじき、卵、牛乳、ソース、ケチャップ ほうれん草、白菜、人参、かつお節 エノキ、麩、青ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
23 水	誕生会	満月ボン	●チキンカレー パインサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、にんにく、しょうが、ルウ 人参、コーン、キャベツ、胡瓜、パイン ヨーグルト	★●パースデーケーキ ●牛乳
24 木		アスパラガス ビスケット	鯛のオニオンソース じゃこサラダ 豚汁	鯛、玉葱 じゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 豚肉、大根、人参、じゃが芋、ごぼう、青ねぎ	いなり寿司 ●牛乳
25 金	(幼児)	ビスケット	豚肉のしぐれ煮 白和え みそ汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、こんにゃく、椎茸、ごま しめじ、もやし、油揚げ、青ねぎ	★●フレンチトースト ●牛乳
26 土	家庭の日 幼児 お弁当日	ビスコ	肉うどん おひたし 南瓜煮/ゼリー	うどん、豚肉、玉ねぎ、青ねぎ 小松菜、にんじん、平天 南瓜 / ミニゼリー	ビスケット ●チーズ ●牛乳
27 日					
28 月	クラッカー	照焼き/添野菜 ごま和え ★コーンと卵のスープ	鶏肉 / ブロッコリー 切干大根、ほうれん草、にんじん、ちりめんじゃこ、ごま クリームコーン、卵、青ねぎ	フライドポテト ●牛乳	
29 火	昭和の日				
30 水	避難訓練	満月ボン	★鮭寿司 ★高野豆腐の卵とじ すまし汁	鮭、胡瓜、大葉、錦糸卵、ごま、刻みのり 高野豆腐、人参、卵、三つ葉 白玉麩、わかめ、三つ葉	★●プリン せんべい ●牛乳

## 今月の一人当たりの栄養素

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
平均	472	17.2	14.4	226	1.8	163	0.28	0.36	19	3.6	1.4
基準値	481	18	13.4	200	2	180	0.25	0.3	18	0	1.5

- は乳製品、★は卵を使用している献立です  
(対象の食材を太字で表記しています)
- 献立は仕入れ等の状況により変更する場合があります
- だしは、昆布、宗田節、さば、うるめいわしを使用しています
- 玄米は、りす組さんから提供します (ひよこ、うさぎ組さんは白米のみ)