

4月予定献立表

2026/04 西野山保育園

	13 27(月)	14 28(火)	15 (水)	16 30(木)	3 17(金)	4 18(土)
献立	<p>ごはん</p> <p>肉豆腐 豚ひき肉 30 焼き豆腐 55 たまねぎ 40 えのきたけ 10 ねぎ 10 しょうゆ 4 三温糖 2 みりん 1 しょうが</p> <p>大根のみそ汁 だいこん 25 油揚げ 5 みそ 3 だし 150</p> 	<p>ごはん</p> <p>ポークビーンズ 豚肉 20 水煮大豆 30 ベーコン 5 にんじん 20 たまねぎ 40 セロリ 7 じゃがいも 30 しめじ 12 パセリ 1 トマト缶 10 ケチャップ 19 塩 0.3 しょうゆ 4 にんにく 三温糖 0.7 油 1</p> <p>ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 20 にんじん 5 コーン缶 5 たまねぎ 3 酢 1.8 三温糖 0.5 塩 0.2 油 1</p>	<p>ごはん</p> <p>鯛の香りだしかけ ☆たい 40 しそ 0.5 酢 5 しょうゆ 2 三温糖 1.2 塩 0.2 ごま油 1 ねぎ 1 しょうが</p> <p>ひじきの煮物 ひじき 1.6 水煮大豆 10 油揚げ 5 にんじん 8 こんにゃく 5 いんげん 3 三温糖 1 しょうゆ 2.5 だし</p> <p>若竹汁 ☆たけのこ 10 みつば 3 カットわかめ 0.3 塩 0.3 しょうゆ 0.7 酒 1 だし 150</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏肉のマーマレード焼き 鶏肉 60 しょうゆ 3.5 酒 1.5 マーマレード 3.5</p> <p>春キャベツのごまあえ ☆春キャベツ 20 にんじん 10 カットわかめ 0.3 鶏ささ身 ごま 1 しょうゆ 1</p> <p>豆腐のすまし汁 豆腐 15 もやし 10 わかめ 0.3 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150</p> 	<p>ごはん</p> <p>さばのみそ煮 さば 40 みそ 2.5 三温糖 1 酒 2 しょうが</p> <p>コーンあえ ほうれんそう 35 にんじん 3 コーン缶 5 かつお節 1 しょうゆ 1</p> <p>玉ねぎのスープ たまねぎ 20 にんじん 5 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 こしょう</p> 	<p>チャーハン 米 40 豚肉 20 ゆでたけのこ 10 にんじん 10 干しいたけ 1 ねぎ 5 いんげん 3 塩 0.6 こしょう しょうゆ 2 油 2</p> <p>中華スープ えのきたけ 8 にんじん 5 豆腐 15 かいわれだいこん 5 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 ごま油 0.5</p> 
	おやつ	<p>せんべい</p> <p>するめ</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p>りんごゼリー</p> <p>りんご天然果汁 三温糖 セラチン</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p>たけのこごはん</p> <p>米 ☆たけのこ 油揚げ しょうゆ 酒 だし</p> <p>お茶</p>	<p>もちもちチーズパン</p> <p>白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 乳児 フライドポテト</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p>みたらしだんご</p> <p>白玉粉 三温糖 上新粉 しょうゆ 片栗粉 乳児 おにぎり 牛乳 150cc</p>
延長	蒸しパン	おにぎり	せんべい	フライドポテト	ビスケット	
	☆は旬の食材です		旬のたけのこを使います		3日は入園進級のつどいです。おめでとう	
献立	6 20(月)	7 (21)(火)	8 22(水)	9 23(木)	10 24(金)	11 25(土)
	<p>ごはん</p> <p>鮭の照り焼き さけ 40 しょうゆ 3 みりん 2 酒 1</p> <p>うの花炒め おから 13 鶏肉 10 油揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 10 干しいたけ 1 ねぎ 5 しょうゆ 2.5 三温糖 0.8 油 2 だし</p> <p>新じゃがのみそ汁 ☆新じゃがいも 25 ☆新たまねぎ 20 みそ 3 だし 150</p>	<p>ごはん</p> <p>豚肉のしょうがやき 豚肉 50 ねぎ 3 しょうが 0.5 しょうゆ 酒 1</p> <p>ごまじゃこサラダ ☆春キャベツ 20 にんじん 5 きゅうり 10 コーン缶 5 ちりめんじゃこ 2 ごま 1 酢 2 しょうゆ 1 ごま油 1</p> <p>もやしのみそ汁 もやし 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150</p> 	<p>ごはん</p> <p>新じゃがのそぼろ煮 ☆新じゃがいも 75 鶏ひき肉 35 ☆新たまねぎ 40 にんじん 12 ☆さやえんどう 5 三温糖 0.8 しょうゆ 2.4 酒 1.2 みりん 1.2 だし 油 1</p> <p>水菜のすまし汁 みずな 10 湯葉 2 にんじん 3 えのきたけ 5 しょうゆ 0.7 塩 0.3 だし 150</p> 	<p>ドライカレー</p> <p>米 40 豚ひき肉 50 たまねぎ 50 にんじん 30 ピーマン 8 にんにく しょうが カレー粉 0.3 ウスターソース 2 トマト缶 10 三温糖 0.5 しょうゆ 0.5 塩 0.5</p> <p>乳児 ミートライス</p> <p>野菜スープ キャベツ 20 たまねぎ 10 にんじん 3 ベーコン 5 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 酒 1</p> 	<p>ごはん</p> <p>さわらの西京焼き ☆さわら 40 白みそ 4 みそ 1 酒 3</p> <p>切干大根の煮物 切り干しだいこん 5.5 油揚げ 5 にんじん 7 いんげん 5 しょうゆ 2 三温糖 1 だし</p> <p>小松菜のみそ汁 こまつな 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150</p>	<p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐 豚ひき肉 25 木綿豆腐 75 干しいたけ 1 にんじん 7 ごぼう 7 ねぎ 7 にんにく しょうが みそ 2 しょうゆ 2 三温糖 0.5 塩 0.1 みりん 1.5 油 2 オイスターソース 1.5 片栗粉 1.5</p> <p>わかめスープ わかめ 0.3 ねぎ 3 ごま 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 ごま油 1</p> 
おやつ	<p>あけぼのご飯おにぎり</p> <p>米 人参 ちりめんじゃこ しょうゆ</p> <p>お茶</p>	<p>いももち</p> <p>☆新じゃがいも 塩 片栗粉 油</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p>ジャムサンド</p> <p>食パン いちごジャム</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p><9日> 黒糖蒸しパン 米粉 BP 油 豆乳 黒糖 牛乳 150cc</p> <p><23日> 苺の カップケーキ 小麦粉 BP 砂糖 いちご 牛乳 150cc</p>	<p>芋スライク</p> <p>さつまいも 油 三温糖</p> <p>牛乳 150cc</p>	<p>ビスケット</p> <p>牛乳 150cc</p>
延長	パン	ふかし芋	クッキー	せんべい	おにぎり	
	新玉ねぎ、新じゃがの美味しい季節です			お誕生日会は苺のカップケーキでお祝います 	ほっこりおいしい和食メニューです	

新年度が始まりましたね！新しい環境に少しドキドキしながらも楽しみな様子の子どもたち。4月は子どもたちの食べ慣れたメニューや、好きなメニューを中心に入れています。春の食材も使っているのでお手伝いを通して触れてもらおうと思っています！

お弁当日は
4/21(火)です

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	
乳児	目標	416	17.2	11.6	191	1.8
	予定献立栄養量	441	18	13.1	211	1.7
幼児	目標	574	23.7	15.9	259	2.3
	予定献立栄養量	509	21	15.3	241	2