

令和 7年 4月 三光幼稚園 予定献立表

(都合により一部変更することがあります)

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギーたんぱく質以上児未満児	あすなろ15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時 (未満児・以上児共通)	未満児のみ	おもに体をつくる もとになる食品	おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品		
1	火	ビスケット	三色ごはん 野菜のナムル 麩のお吸い物 牛乳		鶏挽肉 卵 わかめ 豆腐 牛乳 煮干し だし昆布	米 砂糖 油 ごま ごま油 ビスケット 麩	人参 さやいんげん きゅうり もやし 小葱	432kcal 17.7g 354kcal 15.0g	せんべい スティックゼリー 69kcal
2	水	ベビーせんべい	二色サンドイッチ ミネストローネ 黄桃 牛乳		卵 ウインナー 牛乳	食パン いちごジャム マヨネーズ パスタ じゃが芋 砂糖 ソフトせんべい	玉ねぎ なす 人参 トマト 桃缶 パセリ	480kcal 19.1g 394kcal 17.9g	(手作り) 胡麻塩おにぎり 115kcal
3	木	ビスケット	ごはん 鯖の竜田揚げ 春キャベツのごま和え 味噌汁 チーズ		鯖 ちくわ 薄揚げ チーズ 煮干し 味噌 だし昆布	米 砂糖 かたくり粉 油 ごま じゃが芋 ビスケット	しょうが キャベツ 人参 小松菜 玉ねぎ 小葱	450kcal 18.9g 377kcal 16.1g	ぼんすけ 116kcal
4	金	ベビーせんべい	チキンカレー かき玉汁 牛乳		鶏肉 スキムミルク 卵 豆腐 牛乳 だし昆布 煮干し	米 じゃが芋 油 かたくり粉 カレーウ ソフトせんべい	玉ねぎ かぼちゃ 人参 グリンピース えのき茸 小葱	458kcal 20.4g 389kcal 16.0g	(手作り) みかんゼリー 動物ビスケット 128kcal
7	月	ベビーせんべい	【幼:始業式】 ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ バナナ 牛乳		木綿豆腐 合挽肉 牛乳 ハム	米 砂糖 かたくり粉 油 はるさめ ソフトせんべい 甜麺醬	根深ねぎ しょうが 玉ねぎ きゅうり もやし バナナ	491kcal 18.8g 381kcal 18.4g	ベアビスケット チーズ 103kcal
8	火	ビスケット	ごはん 魚の青のり揚げ おひたし 味噌汁 牛乳		白身魚 青のり 薄揚げ 厚揚げ 牛乳 だし昆布 煮干し 味噌	米 砂糖 かたくり粉 油 ビスケット	しょうが キャベツ きゅうり もやし 人参 玉ねぎ 小葱	440kcal 19.9g 380kcal 15.8g	(手作り) オレンジケーキ 113kcal
9	水	ベビーせんべい	ちらし寿司 じゃが芋と鶏肉の煮物 豆腐と青さの清まし汁 牛乳		卵 のり 桜でんぶ 鶏肉 豆腐 かまぼこ あおさ 牛乳 だし昆布 煮干し	米 砂糖 油 じゃが芋 ソフトせんべい	さやいんげん 小葱	447kcal 19.1g 355kcal 14.2g	クラッカー 72kcal
10	木	ビスケット	パン(りんごジャム) 鮭のムニエル (未:白身魚のムニエル) ハムサラダ ミルク		鮭 白身魚 ハム スキムミルク	食パン りんごジャム 小麦粉 マーガリン マヨネーズ ビスケット	レモン汁 キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし	429kcal 23.5g 302kcal 16.1g	(手作り) おかかおにぎり 116kcal
11	金	ビスケット	ごはん コロッケ ブロッコリー 味噌汁 チーズ		合挽肉 豆腐 卵 チーズ わかめ だし昆布 煮干し 味噌	米 じゃが芋 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ ビスケット ケチャップ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 小葱	458kcal 17.5g 378kcal 14.4g	バームクーヘン 130kcal

☆ひよこ組の朝おやつは1日(火)からあります。

☆12時に3歳未満児のみ付く食事(付加食)は、14日(月)からあります。最初は給食に慣れることを重視しますので、ご了承ください。

☆4月の献立は、子どもたちが食事を楽しみ、給食に慣れるように献立を考慮していますので、献立の偏り等がありますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

☆1号認定の方の給食は、4/21(月)より始まります。

日	曜日	献立名			献立材料名						エネルギー たんぱく質 以上児 未満児	あすなろ 15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時 (未満児・以上児共通)	未満児のみ 以上児のみ	おもに体をつくる もとなる食品		おもにエネルギーの もとなる食品		おもに体の調子を 整えるもとなる食品			
14	月	ベビーせんべい	親子丼 きゅうりの中華和え 豆腐とはんぺんの 吸い物 牛乳	かぼちゃ の煮物	鶏肉 豆腐 わかめ 煮干し	卵 はんぺん 牛乳 だし昆布	米 油 ごま油	砂糖 ごま ソフトせんべい	人参 根深ねぎ 小葱 葉ねぎ	玉ねぎ きゅうり かぼちゃ	481kcal 19.8g 392kcal 14.9g	おとうふやさん のビスケット 78kcal
15	火	ビスケット	肉うどん ちくわの磯辺揚げ ブロッコリー バナナ ミルク	高野豆腐 のふわふわ煮	かまぼこ 豚肉 卵 スキムミルク 高野豆腐	牛肉 ちくわ 青のり だし昆布	うどん 小麦粉 マヨネーズ	砂糖 油 ビスケット	玉ねぎ ブロッコリー	小葱 バナナ	424kcal 20.3g 348kcal 17.5g	(手作り) かぼちゃケーキ 126kcal
16	水	ベビーせんべい	筍ごはん 白身魚の煮つけ 付)大根・人参の煮物 豆腐とえのきの すまし汁 チーズ	さつま芋 のオレンジ 煮	鶏肉 白身魚 わかめ 煮干し	薄揚げ 豆腐 チーズ だし昆布	米 さつま芋	砂糖 ソフトせんべい	たけのこ しょうが 大根 小葱	人参 さやいんげん えのき茸 オレンジジュース	412kcal 20.6g 368kcal 16.2g	ひこうきビス ケット 60kcal
17	木	ビスケット	パン(いちごジャム) クリームシチュー ツナサラダ	ゆで卵	鶏肉 シーチキン	スキムミルク 卵	食パン じゃが芋 マーガリン ビスケット	いちごジャム 油 小麦粉 マヨネーズ	人参 玉ねぎ キャベツ	グリーンピース きゅうり とうもろこし	473kcal 19.8g 387kcal 17.2g	(手作り) ゆかりおにぎ り 107kcal
18	金	ビスケット	ごはん 白身魚のバター醤油焼き 磯香あえ 味噌汁 牛乳	どうぶつ チーズ	白身魚 薄揚げ チーズ 煮干し	青のり 牛乳 味噌 だし昆布	米 砂糖	マーガリン ビスケット	レモン汁 もやし 人参 玉ねぎ	白菜 小松菜 えのき茸 小葱	424kcal 21.8g 344kcal 16.5g	ミニメロンパン 104kcal
21	月	ビスケット	カレーライス マカロニサラダ 牛乳 スティックゼリー	わかめ スープ	牛肉 スキムミルク 牛乳 豆腐 だし昆布	鶏挽肉 ハム わかめ 煮干し	米 油 マヨネーズ ビスケット	じゃが芋 パスタ ゼリー カレールウ	玉ねぎ グリーンピース きゅうり	人参 かぼちゃ 小葱	497kcal 18.5g 385kcal 14.4g	(手作り) フルーツヨー グルト 78kcal
22	火	ベビーせんべい	ハンバーガー 新玉ねぎのスープ 牛乳	フライドポ テト	合挽肉 木綿豆腐 ベーコン	卵 牛乳	パン 油 パン粉 ソフトせんべい	マヨネーズ じゃが芋 ケチャップ	玉ねぎ 人参	キャベツ パセリ	451kcal 18.9g 338kcal 13.1g	おとうふ屋さ んのかりんとう 78kcal
23	水	ビスケット	ごはん 白身魚のフライ 春キャベツのソテー 味噌汁 チーズ	里芋の煮 物	白身魚 ベーコン チーズ 煮干し	卵 厚揚げ 味噌 だし昆布	米 パン粉 砂糖 ビスケット	小麦粉 油 里芋 ケチャップ	レモン汁 とうもろこし かぼちゃ	キャベツ ピーマン 小葱	467kcal 20.8g 388kcal 17.0g	(手作り) 麴ラスク 55kcal
24	木	ビスケット	スパゲティミートソース ささ身ときゅうりの ごま味サラダ スキムプリン	豆乳スー プ	合挽肉 粉チーズ スキムミルク ウインナー	ささ身 ゼラチン 豆乳	パスタ 砂糖 ビスケット	油 ケチャップ ごまドレッシング	人参 ピーマン きゅうり	玉ねぎ パセリ もやし	420kcal 21.9g 342kcal 13.9g	(手作り) 昆布おにぎり 114kcal
25	金	ビスケット	【誕生会】 わかめおにぎり 唐揚げ ポテトサラダ ブロッコリー ウインナー りんごゼリー 味噌汁		わかめ ハム 薄揚げ 煮干し だし昆布	鶏肉 豆腐 味噌 ウインナー	米 油 マヨネーズ ビスケット	小麦粉 じゃが芋 ゼリー	キャベツ きゅうり 玉ねぎ	人参 ブロッコリー 小葱	468kcal 17.1g 373kcal 13.1g	カステラ 82kcal
28	月	☆遠足☆ 給食はありません。 あすなろ15時おやつは、ゼリーを準備します。										
29	火	昭和の日										
30	水	ベビーせんべい	チキンライス フレンチサラダ 野菜スープ 牛乳	小松菜と ベーコン のソテー	鶏肉 チーズ 牛乳	ハム ウインナー ベーコン	米 砂糖 ケチャップ	油 じゃが芋 ソフトせんべい	人参 グリーンピース とうもろこし レモン汁 小松菜	玉ねぎ キャベツ きゅうり パセリ	466kcal 16.6g 394kcal 13.5g	ミニクロワッ サン 126kcal