

令和 8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			
1	水	ビスケット	肉井 野菜のナムル 若竹汁 牛乳		豚肉 わかめ 豆腐 牛乳 だし昆布 煮干し	米 油 砂糖 ごま ごま油 ビスケット	玉ねぎ しょうが さやいんげん もやし 人参 きゅうり たけのこ 小葱	478kcal 18.7g 366kcal 13.7g	せんべい スティックゼ リー 69kcal	
2	木	ベビーせんべい	二色サンドイッチ ミネストローネ 黄桃 ミルク		卵 ウィナー スキムミルク	食パン いちごジャム マヨネーズ パスタ じゃが芋 ソフトせんべい	玉ねぎ 人参 トマト 桃缶 パセリ	458kcal 20.3g 342kcal 16.1g	(手作り) マドレーヌ 104kcal	
3	金	ビスケット	ごはん 魚の照り焼き 春キャベツのごまあえ 味噌汁 チーズ		白身魚 ちくわ 薄揚げ チーズ 味噌 煮干し だし昆布	米 砂糖 ごま じゃが芋 ビスケット	しょうが 人参 キャベツ 小松菜 玉ねぎ 小葱	450kcal 21.1g 356kcal 16.4g	おとうふ屋さ んのかりんとう 78kcal	
6	月	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 カレールウ ソフトせんべい	玉ねぎ かぼちゃ 人参 グリンピース 小葱	494kcal 22.1g 384kcal 16.2g	(手作り) みかんゼリー 動物ビスケット 128kcal	
7	火	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 甜麺醬 ソフトせんべい	根深ねぎ しょうが 玉ねぎ もやし きゅうり バナナ	506kcal 21.7g 375kcal 16.0g	ベアビスケッ ト チーズ 81kcal	
8	水	ビスケット	パン(りんごジャム) クリームシチュー ツナサラダ		鶏肉 スキムミルク シーチキン	食パン りんごジャム じゃが芋 油 マーガリン 小麦粉 マヨネーズ ビスケット	人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	486kcal 20.2g 381kcal 15.1g	(手作り) ゆかりおにぎ り 107kcal	
9	木	ビスケット	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 ビスケット	さやいんげん 小葱	491kcal 20.4g 372kcal 15.0g	バームクーヘ ン 130kcal	
10	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 ケチャップ ビスケット	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 小葱	476kcal 17.9g 366kcal 13.5g	クラッカー 72kcal	
13	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		鶏肉 卵 豆腐 はんぺん わかめ 牛乳 煮干し だし昆布	米 砂糖 油 ごま ごま油 ソフトせんべい	人参 玉ねぎ 根深ねぎ きゅうり 小葱	463kcal 19.7g 366kcal 14.6g	おとうふやさ んのビスケッ ト 78kcal	
14	火	ベビーせんべい	筍ごはん 白身魚の煮つけ 付)大根と人参の煮物 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 薄揚げ 白身魚 だし昆布 チーズ 煮干し	米 砂糖 ソフトせんべい さつま芋	たけのこ 人参 しょうが 大根 小葱 えのき茸 さやいんげん オレンジジュース	430kcal 21.3g 367kcal 16.7g	ひこうきビス ケット 60kcal	
15	水	ビスケット	きつねうどん 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	薄揚げ 鶏肉 ちくわ 卵 青のり スキムミルク だし昆布 高野豆腐	うどん 砂糖 小麦粉 油 マヨネーズ ビスケット	小葱 ブロッコリー バナナ	453kcal 19.2g 364kcal 18.1g	(手作り) かぼちゃケー キ 126kcal	
16	木	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 卵 木綿豆腐 牛乳 ペーコン	パン マヨネーズ パン粉 じゃが芋 油 ソフトせんべい ケチャップ 砂糖	玉ねぎ キャベツ 人参 パセリ	464kcal 20.0g 364kcal 15.6g	ぼんすけ 116kcal	
17	金	ビスケット	ごはん 魚の青のり揚げ おひたし 味噌汁 牛乳	動物チー ズ	白身魚 青のり 薄揚げ 牛乳 厚揚げ だし昆布 チーズ 味噌 煮干し	米 砂糖 かたくり粉 油 じゃが芋 ビスケット	しょうが キャベツ 人参 きゅうり もやし 小葱 玉ねぎ	475kcal 20.4g 383kcal 18.9g	ミニロンパン 104kcal	

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	あすなる 15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ	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			
20	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 煮干し	鶏挽肉 ハム わかめ だし昆布	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	485kcal 19.3g 393kcal 15.6g	(手作り) フルーツヨー グルト 78kcal
21	火	ビスケット	ごはん 白身魚のムニエル 磯香和え 味噌汁 牛乳	ジャーマン ポテト	白身魚 厚揚げ 味噌 だし昆布 わかめ	青のり 牛乳 ベーコン 煮干し	米 小麦粉 油 じゃが芋	マーガリン 砂糖 ビスケット	レモン汁 白菜 小松菜 小葱	人参 もやし パセリ かぼちゃ	442kcal 20.8g 378kcal 16.6g	(手作り) オレンジケー キ 113kcal
22	水	ベビーせんべい	スパゲティミートソース ごま味サラダ ミルク	豆乳スー プ	合挽肉 粉チーズ スキムミルク	シーチキン 豆乳 ウインナー	パスタ 砂糖 じゃが芋 ケチャップ	油 ごまドレッシング ソフトせんべい	人参 ピーマン キャベツ もやし	玉ねぎ パセリ きゅうり	461kcal 23.5g 370kcal 19.5g	ドーナツ 134kcal
23	木	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 味噌	卵 厚揚げ だし昆布 煮干し	米 パン粉 砂糖 ビスケット じゃが芋	小麦粉 油 里芋 ケチャップ	レモン汁 キャベツ もやし	ピーマン 人参 小葱	483kcal 21.1g 398kcal 16.9g	(手作り) 麩ラスク 55kcal
24	金	ビスケット	【誕生会】 わかめおにぎり 鶏の唐揚げ ポテトサラダ ウインナー ブロッコリー 味噌汁 りんごゼリー		わかめ ハム 豆腐 味噌 煮干し	鶏肉 ウインナー 薄揚げ だし昆布	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	522kcal 20.1g 408kcal 14.9g	カステラ 82kcal
27	月	☆遠足☆ 給食はありません。 あすなる15時おやつは、ゼリーを準備します。										
28	火	ベビーせんべい	パン(いちごジャム) 白身魚のチーズ風味 ソテー ハムサラダ 牛乳	チンゲン 菜のスープ	白身魚 ハム 鶏肉	粉チーズ 牛乳	食パン 小麦粉 マヨネーズ	いちごジャム マーガリン ソフトせんべい	レモン汁 きゅうり とうもろこし 玉ねぎ	キャベツ 人参 チンゲン菜	465kcal 21.8g 374kcal 19.1g	(手作り) 昆布おにぎり 114kcal
29		昭和の日										
30	木	ビスケット	チキンライス フレンチサラダ 白菜とベーコンのスープ 牛乳	ブロッコリー のじゃこ炒 め	鶏肉 チーズ 牛乳	ハム ベーコン しらす干し	米 砂糖 ごま油	油 ビスケット ケチャップ	人参 グリーンピース とうもろこし レモン汁 パセリ	玉ねぎ キャベツ きゅうり 白菜 ブロッコリー	471kcal 16.3g 385kcal 13.7g	ミニクロワッサ ン 126kcal

☆ひよこ組の朝おやつは1日(水)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(火)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たします。

☆1号認定の方の給食は、4/20(月)より始まります。