



令和7年度 4月分献立表



日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午前 (3歳未満児)
1 / 15 火	チキンカレー フレンチサラダ 果物	精白米/じゃがいも/調合油/小麦粉/バター/コーンフレーク	鶏肉/スキムミルク/牛乳	人参/玉ねぎ/にんにく/しょうが/キャベツ/きゅうり/りんご/果物	コーンフレークミルク	麦茶 菓子
2 / 16 / 30 水	ごはん 炒り豆腐 おかか和え 味噌汁(わかめ 玉ねぎ)	精白米/調合油/砂糖/焼き麩/バター	たまご/豚ひき肉/かつお節/米みそ/牛乳/木綿豆腐	人参/玉ねぎ/もやし/小松菜/わかめ(乾)	牛乳 お麩のラスク	麦茶 菓子
3 / 17 木	ごはん じゃがいもと鶏肉の煮物 磯和え 味噌汁(油揚げ 小松菜)	精白米/じゃがいも/砂糖/調合油/マカロニ	鶏肉/油揚げ/牛乳/きな粉/米みそ	大根/人参/キャベツ/焼きのり/小松菜	牛乳 マカロニあべかわ	麦茶 菓子
4 / 18 金	ごはん 春キャベツの重ね煮 コーンサラダ トマトスープ (じゃがいも 玉ねぎ トマト缶)	精白米/じゃがいも/調合油/コッペパン/砂糖	豚肉/牛乳	キャベツ/人参/ホールコーン/大根/玉ねぎ/トマト缶	牛乳 揚げパン	麦茶 菓子
5 / 19 土	ミートソーススパゲティ コーンスープ 果物	スパゲティ/調合油/じゃがいもパウダー	豚ひき肉/粉チーズ/牛乳	人参/玉ねぎ/ピーマン/スイートコーン/果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子
7 / 21 月	麻婆豆腐丼 春雨サラダ わかめスープ(わかめ ねぎ)	精白米/調合油/かたくり粉/ごま油/砂糖/春雨/ごま	木綿豆腐/ツナ缶または豚ひき肉/米みそ/牛乳	人参/玉ねぎ/にんにく/しょうが/きゅうり/わかめ(乾)/ねぎ/みかん缶/もも缶/パイン缶	牛乳 フルーツポンチ	麦茶 菓子
8 / 22 火	ごはん 魚の塩焼き ひじきの煮つけ 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	精白米/調合油/砂糖/じゃがいも	鮭/油揚げ/米みそ/牛乳	干しひじき/人参/玉ねぎ/キャベツ/青のり	牛乳 フライドポテト(青のり)	麦茶 菓子
9 / 23 水	パン ホワイトシチュー トマトサラダ 果物	パン/じゃがいも/調合油/小麦粉/バター/砂糖/精白米	鶏肉/スキムミルク/牛乳	人参/玉ねぎ/トマト/きゅうり/ホールコーン/果物/炊き込みわかめ	麦茶 わかめおにぎり	麦茶 菓子
10 / 24 木	ごはん 豚肉のしょうが焼き チンゲンサイのナムル 中華スープ(豆腐 しめじ)	精白米/調合油/ごま/ごま油/食パン	豚肉/豆腐/牛乳	玉ねぎ/人参/しょうが/チンゲンサイ/もやし/しめじ/果物ジャム	牛乳 ジャムサンド	麦茶 菓子
11 / 25 金	ごはん 肉じゃが 切り干しサラダ 味噌汁(お麩 小松菜)	精白米/じゃがいも/調合油/砂糖/ごま油/焼き麩/ホットケーキミックス/バター	豚肉/米みそ/牛乳	人参/玉ねぎ/切り干し大根/きゅうり/小松菜/バナナ	牛乳 バナナパンケーキ	麦茶 菓子
12 / 26 土	ジャムパン コーンスープ 果物	食パン・ロールパン/果物ジャム/じゃがいもパウダー	牛乳	スイートコーン/果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子
14 / 28 月	けんちんうどん ツナサラダ ヨーグルト	干しうどん/ごま油/調合油/砂糖/精白米/ごま	油揚げ/木綿豆腐/ツナ缶/ヨーグルト	大根/人参/小松菜/キャベツ/きゅうり/塩昆布	麦茶 塩昆布おにぎり	麦茶 菓子
誕生日	人参ごはん 鶏つくね焼き ごま和え すまし汁(じゃがいも 玉ねぎ)	精白米/かたくり粉/調合油/ごま/砂糖/じゃがいも/コーンフレーク	鶏ひき肉/木綿豆腐/米みそ/乳酸菌飲料/ヨーグルト	人参/玉ねぎ/しょうが/ほうれん草/もやし/果物	乳酸菌飲料 ヨーグルトパフェ	麦茶 菓子
・食材の都合により、献立が変更になる場合があります。 ・納入の兼合いで冷凍食材を使用する場合があります。				エネルギー	たんぱく質	
				3歳未満児	kcal(463kcal)	g(15.1~23.2g)
				3歳以上児	kcal(562kcal)	g(18.7~28.7g)

※()は目標量です。