

# 4 月 給 食 献 立 表

令和 8 年度

認定こども園八代保育園

曜 日	日	献立名	以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児（1～2歳児）			
									午前おやつ	午後おやつ		
月	6	ごはん カレー風味つくね オーロラサラダ けんちん汁	① 543kcal ② 20.3g ③ 14.2g ④ 1.7g	米 三温糖 じゃが芋	鶏肉 木綿豆腐 油揚げ 煮干し	玉葱 人参 トマト ブロッコリー キャベツ ごぼう 大根 白菜 長葱	カレー粉 和風だし 塩 しょうゆ	麦茶 ★フルーツ ケーキ	牛乳 せんべい	麦茶 ★フルーツ ケーキ		
火	7	ミートソースパスタ チョップドサラダ バナナ	① 538kcal ② 22.2g ③ 15.2g ④ 1.0g	パスタ 油 三温糖 さつま芋	豚肉 ハム	玉葱 人参 トマト 筍 ブロッコリー レタス コーン キャベツ きゅうり バナナ	しょうゆ 酒 塩 酢 鶏ガラだし	麦茶 ★ツヤツヤ きな粉パン	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★ツヤツヤ きな粉パン		
水	8	ごはん 鶏の照り焼き 味噌ドレッシングサラダ わかめスープ	① 498kcal ② 22.0g ③ 12.5g ④ 2.0g	米 油	鶏肉 味噌 わかめ	レタス 人参 きゅうり トマト サニーレタス コーン 玉葱 もやし	しょうゆ 酒 酢 中華だし 塩	8日甘茶 22日すみれ りんご おせんべい 小魚	牛乳 クラッカー	牛乳 りんご おせんべい		
木	9	ロールパン 白身魚のあけほの焼き 春雨サラダ クリームスープ	① 541kcal ② 27.7g ③ 18.9g ④ 2.2g	ロールパン マヨネーズ 春雨 じゃが芋	助宗たら	人参 レタス きゅうり トマト もやし 玉葱 キャベツ ほうれん草 コーン缶	塩 酢 しょうゆ シチュールー	スライス チーズ クッキー	牛乳 ビスケット	牛乳 チーズ クッキー		
金	10	ごはん 肉じゃが 三色ナムル かぶのほうとう汁	① 544kcal ② 21.4g ③ 15.0g ④ 1.9g	米 三温糖 ごま油 ごま じゃが芋 ほうとう麺	豚肉 油揚げ 味噌 煮干し	人参 玉葱 枝豆 きゅうり ブロッコリー もやし 長葱 かぶ 白菜 かぼちゃ	しょうゆ 酒 塩 中華だし 和風だし	麦茶 ★ジャム ヨーグルト	牛乳 ウエハース	麦茶 ★ジャム ヨーグルト		
土	11	わかめごはん からあげ 野菜サラダ 鶏ガラスープ	<b>★お誕生日会メニュー（20日）</b> しらすと青菜の混ぜご飯 🎵 チーズハンバーグ 🎵 キャベツの胡麻和え 🎵 いちご おやつ 🎵 麦茶 🎵 ココアカップケーキ								牛乳 クッキー	麦茶 果物 せんべい
月	13	ごはん 豚肉のネギ塩焼き ごまマヨサラダ コンソメスープ	① 539kcal ② 22.8g ③ 13.1g ④ 1.0g	米 ごま マヨネーズ 三温糖 じゃが芋	豚肉 ひじき	人参 にんにく 長葱 レタス サニーレタス ブロッコリー トマト キャベツ ほうれん草	塩 鶏ガラだし しょうゆ 酢 塩 コンソメ	スライス カップゼリー パイ	牛乳 クッキー	牛乳 カップゼリー パイ		
火	14	肉うどん 鶏きゃべサラダ オレンジ	① 529kcal ② 21.7g ③ 12.0g ④ 1.7g	うどん 三温糖 油 じゃが芋	豚肉 油揚げ 鶏肉	玉葱 人参 白菜 小松菜 キャベツ きゅうり コーン缶 オレンジ	しょうゆ 和風だし 酒 塩 鶏ガラだし	麦茶 ★筍の おにぎり	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★筍の おにぎり		
水	1	ごはん タンダーチキン 醤油ドレサラダ 玉葱とじゃが芋の味噌汁	① 593kcal ② 27.4g ③ 16.0g ④ 1.8g	米 油 じゃが芋	鶏肉 味噌 煮干し	キャベツ 人参 もやし トマト ブロッコリー レタス 玉葱 ほうれん草 もやし	ケチャップ 塩こうじ しょうゆ 酢 和風だし	スライス バナナ ウエハース 小魚	牛乳 クラッカー	牛乳 バナナ ウエハース		
木	2	わかめごはん サーモンフライ キャベツの塩昆布和え 卵のスープ	① 476kcal ② 23.6g ③ 11.8g ④ 1.9g	米 油 パン粉 小麦粉 三温糖 ごま油	わかめ 鮭 塩昆布 卵	人参 もやし キャベツ きゅうり 長葱 白菜 かぶ	ソース 鶏ガラだし 塩	麦茶 ★ピザ トースト	牛乳 せんべい	麦茶 ★ピザ トースト		
金	3	麦ごはん 旬野菜カレー マカロニサラダ ナゲット	① 592kcal ② 19.9g ③ 19.4g ④ 2.2g	米 押し麦 マカロニ マヨネーズ 三温糖 じゃが芋	鶏肉 ナゲット	玉葱 人参 かぶ キャベツ サニーレタス レタス トマト ブロッコリー	カレールー ソース ケチャップ 酢	麦茶 ★ブロッリー 蒸しパン	牛乳 パイ	麦茶 ★ブロッリー 蒸しパン		
土	4	ゆかりごはん ハンバーグ ツナサラダ 野菜スープ	アレルギー対応として当園では完全除去食とさせていただきます。 代替品として、卵不使用マヨネーズ（卵アレルギー）、ライスめん（小麦アレルギー）、米粉パン（小麦・乳アレルギー）などを使用しています。ご不明な点などございましたら給食室までご相談ください♪								牛乳 ビスケット	麦茶 ゼリー せんべい

・都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

★4月使用の旬の食材…春キャベツ、新たまねぎ、かぶ、筍、ブロッコリー、しらす、いちご

※春野菜は日持ちしないものが多いので、  
新鮮なうちにたくさん食べましょう♪


