

ゆめっこわかば保育園 献立予定表 2026年4月度

園長印	主任印	保護者
-----	-----	-----

日	(水) 1	(木) 2	(金) 3	(土) 4	(月) 6	(火) 7	(水) 8	(木) 9	(金) 10	(土) 11	(月) 13	(火) 14	(水) 15	(木) 16
昼食	ごはん 五分付米 ハンバーグ 合ミンチ 玉ねぎ 人参 片栗粉 塩 醤油 みりん 人参の含め煮 にんじん 醤油 みりん こふきいも じゃがいも あおのり 塩 春キャベツのサラダ 春キャベツ コーン かつお節 酢 オリーブ油 塩 醤油 スープ わかめ 玉ねぎ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鶏の照り焼き さば しょうゆ みりん 砂糖 塩 ふかしさつまいも ミニトマト ごぼうしらたきのきんぴら	うめこんぶごはん 五分付米 梅干し さば 塩昆布 鮭のサクサク焼き さつまいも 塩 パン粉 ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー 白雪サラダ じゃがいも おから 人参 きゅうり コーン ツナ 豆乳マヨネーズ みかんゼリー 寒天 砂糖 みかんジュース	炊き込みピラフ 五分付米 シーチキン 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ みりん 醤油 塩 サラダ レタス きゅうり 人参 酢 オリーブオイル スープ えのき ちんげん菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 麻婆大根 合ミンチ 大根 玉ねぎ 人参 ピーマン オイスターソース ソース ケチャップ みりん 醤油 塩 ケチャップ みりん 醤油 塩 味噌 片栗粉 人参 うす揚げ 醤油 酢 ごま油 かとお節 みそ汁 みそ 人参 キャベツ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 さばの煮付け 合ミンチ 大根 玉ねぎ 人参 ケチャップ 焼きかぼちゃ かぼちゃ もやしの酢の物 みりん 醤油 塩 人参 わかめ うす揚げ 醤油 酢 ごま油 かとお節 みそ汁 みそ 人参 キャベツ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 チキンチャップ 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 いんげん ケチャップ みりん 焼きかぼちゃ もやしの酢の物 キャベツのナムル キャベツ わかめ にんにく 生姜 ごま油 ごま油 みそ汁 みそ 豆腐 わかめ みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 じゅうじゅう焼き 豚肉 キャベツ 人参 いんげん ケチャップ みりん オイスターソース 砂糖 にんにく 生姜 かぼちゃの含め煮 かぼちゃ 醤油 みりん みそ汁 みそ汁 豆腐 わかめ みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 西京焼き からすがれい 白みそ みりん おひたし 小松菜 えのき 醤油 じゃがいものうま煮 じゃがいも ごま油 醤油 みりん みそ汁 大根 しょうゆ だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 醤油 みりん 砂糖 塩 じゃがいものうま煮 じゃがいも ごま油 醤油 みりん みそ汁 大根 しょうゆ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 治部煮 鶏もも肉 人参 スナップエンドウ 大根 たけのこ 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 ニラ納豆 ひじき きゅうり みそ汁 人参 醤油 かつお節 ごま油 酢 玉ねぎ えのき みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ちゃんちゃん焼き 甘塩鮭 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ 味噌 みりん ごま油 ツナ和え 小松菜 人参 納豆 ひじき きゅうり みそ汁 人参 醤油 かつお節 ごま油 酢 砂糖 すまし汁 わかめ さつまいも 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 豚肉の生姜焼き 甘塩鮭 玉ねぎ 人参 ねぎ 生姜 みりん ごま油 ツナ 人参 納豆 ひじき きゅうり みそ汁 人参 醤油 かつお節 ごま油 酢 砂糖 すまし汁 わかめ さつまいも 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	赤飯 五分付米 もち米 小豆 塩 鶏肉のかりん揚げ 鶏もも肉 片栗粉 油 醤油 みりん 砂糖 刻みキャベツ キャベツ ポテトサラダ じゃがいも 人参 きゅうり みそ汁 人参 醤油 塩 すまし汁 ちんげん菜 人参 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)
おやつ	いちごミルクゼリー 寒天 砂糖 いちごジャム 牛乳 いちご	スノーボール 小麦粉 片栗粉 砂糖 油 粉糖	麩のラスク 焼き麩 バター 砂糖	あんこクレープ 米粉 片栗粉 砂糖 油 小豆 砂糖 塩	じゃがまるくん じゃがいも 塩 片栗粉 バター 焼きのり 醤油	恐竜の卵 白玉粉 上新粉 黒砂糖 B.P.	トマトホットケーキ 小麦粉 米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 トマトジュース 豆乳	りんごゼリー 寒天 りんごジュース 砂糖	蒸しパン 小麦粉 黒砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳	もちもちチーズパン 白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油	わらび餅 わらび粉 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー 塩 きな粉 (0.1歳はさつまいも)	さつまいもケーキ バター 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー 白みそ 牛乳 さつまいも 生クリーム		
総カロリー タンパク質	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150

日	(金) 17	(土) 18	(月) 20	(火) 21	(水) 22	(木) 23	(金) 24	(土) 25	(月) 27	(火) 28	(木) 30
昼食	ごはん 五分付米 かれいのあかね焼き からすかれい ケチャップ 醤油 みりん おなか和え 小松菜 人参 かつお節 醤油 切干大根 人参 きゅうり ツナ 酢 醤油 すまし汁 玉ねぎ 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ビビンバ丼 五分付米 豚肉 にら 人参 もやし ほうれん草 にんにく 生姜 みりん かつお節 醤油 ごま油 切干大根 人参 きゅうり ツナ 酢 醤油 すまし汁 玉ねぎ 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ささみのフリッター ささみ 小麦粉 牛乳 B.P. 塩 じゃがいも 油 ミニトマト おひたし 小松菜 醤油 ごま油 酢の物 のり 切干大根 人参 きゅうり わかめ 酢 ごま油 かつお節 塩 みそ汁 玉ねぎ わかめ 大根 人参 みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鮭の塩焼き さば 塩 アスパラのチーズ焼き アスパラガス 塩 じゃがいも チーズ きゅうりと大根の のり きゅうり 大根 人参 砂糖 酢 ごま油 かとお節 みそ汁 玉ねぎ わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 肉じゃが 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しらたき いんげん みりん 醤油 砂糖 無限キャベツ キャベツ ごま油 みりん ごま油 人参 かとお節 みそ汁 うすあげ 小松菜 みそ だし汁(昆布・煮干)	わかめごはん 五分付米 わかめ さば ちりめんじゃこ 醤油 みりん ごま油 豆腐ハンバーグ 醤油 みりん 玉ねぎ ひじき ねぎ 醤油 みりん ごま油 人参 かとお節 みそ汁 うすあげ 小松菜 みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 さばのトマト煮 さば トマト缶 トマトジュース しょうゆ みりん 砂糖 にんにく ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー マカロニサラダ マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり ごま油 酢 小松菜 醤油 塩 みそ汁 えのき もやし みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	鶏そぼろ丼 五分付米 鶏ひき肉 小松菜 人参 玉ねぎ ごま油 片栗粉 しょうゆ みりん みそ汁 煮ころがし じゃがいも 醤油 みりん みそ だし汁(昆布・煮干)	ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ケチャップ ソース トマトジュース みりん 醤油 塩 サラダ レタス きゅうり 人参 酢 オリーブオイル 塩 スープ もやし わかめ みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	豆ごはん 五分付米 うすいエンドウ 塩 みりん さわらの照り焼き さわら 醤油 みりん 砂糖 しょうが 磯辺あえ 小松菜 えのき 焼きのり 醤油 もずく きゅうり もやし みそ汁 大根 人参 みそ だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉 ごま 味噌 醤油 みりん 砂糖 ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー カリカリサラダ キャベツ 人参 大根 ちりめんじゃこ 醤油 ごま油 すまし汁 玉ねぎ ちんげん菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)
おやつ	かぼちゃクッキー 薄力粉 バター かぼちゃ 砂糖		磯ポテト じゃがいも あおのり 塩 甘辛煮干 煮干 醤油 砂糖	ナポリタン スパゲッティー ウインナー ピーマン しめじ 人参 ケチャップ ソース	おにまん 小麦粉 砂糖 さつまいも ベーキングパウダー 豆乳 油	みかんゼリー 寒天 みかんジュース 砂糖 みかん缶	ブラウニー 米粉 豆腐 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖	野菜スコーン 小麦粉 ベーキングパウダー 油 砂糖 バター ブロッコリー 人参 粉チーズ ベーコン	羊かりんとう さつまいも 塩 油	みそポテト じゃがいも 片栗粉 油 みそ 砂糖 みりん 醤油	
総カロリー タンパク質	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150

入園・進級おめでとうございます。
今年度も安心安全はもちろんのこと
食べるって楽しいなあ♪と思える
給食時間を作っていきたいなと
思っています☆彡

※数字は、幼児の予定可食量です。
※乳児は、幼児の予定可食量×0.9として計算します。
※ごはんは、五分付米です。
※16日はお誕生日会です。
※28日は5歳クラス参観・給食試食です。
※今月の果物は、りんご・柑橘類・いちごなどを予定しています。
※土曜日のおやつは前日の給食サンプル横に掲示します。