



れいわ ねんど
令和7年度

がつこんだてよていひょう
4月献立予定表 (ばら組～ふじ組)

やまぎし えん
山岸こども園



日曜	昼食	おやつ	あかのなかま (血や肉になるたべもの)	きいろのなかま (熱力になるたべもの)	みどりのなかま (体の調子を整えるたべもの)	栄養摂取量			
						熱量 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)
1火	ごはん ハンバーグ 大根サラダ 粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁	フレンチトースト 牛乳	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご とうふ かつおぶし スキムミルク	パンこ あぶら じゃがいも はいがまい パン マーガリン	たまねぎ にんじん きゅうり だいこん のり えのき わかめ ねぎ	526	22.5	17.3	1.4
2水	ごはん かじきみそマヨネーズ焼き パナナ 野菜のうま煮 味噌汁 (小松菜/豆腐)	チャーハン 牛乳	かじき ぶたにく とうふ ハム ぎゅうにゅう	じゃがいも はいがまい ごまあぶら	にんじん たまねぎ たけのこ こまつな バナナ コーン ねぎ	614	25.5	16.7	1.7
3木	ロールパン 鶏もも照り焼き オレンジ 青菜コーンごま和え コーンチャウダー	カレーうどん	とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク かつおぶし	パン こむぎこ ごま じゃがいも バター うどん かたくりこ	もやし こまつな コーン にんじん パセリ たまねぎ オレンジ しいたけ グリーンピース	435	24.6	11.3	2.0
4金	ごはん 高野豆腐揚げ漬 パナナ 豚肉とれんこん炒め 味噌汁 (なめこ/葱)	人参ケーキ 牛乳	こうやとうふ ぶたにく とうふ スキムミルク ぎゅうにゅう たまご	かたくりこ あぶら はいがまい こむぎこ マーガリン	にんにく れんこん もやし にんじん ビーマン ねぎ きくらげ なめこ パナナ	536	20.3	16.0	1.3
5土	ごはん 赤魚の漬け焼き 厚揚げの煮物 昆布佃煮 味噌汁 (豆腐/わかめ) パナナ	ジャムマーガリンパン 牛乳	あかうお なまあげ ツナ とうふ ぎゅうにゅう	あぶら はいがまい パン	にんじん はくさい ひじき こんぶ わかめ ねぎ パナナ	569	23.5	20.5	1.9
7月	ごはん 白身魚のムニエル さつまいも甘煮 三色ごま和え マカロニスープ	ココアサンド 牛乳	たら ウィナー ぎゅうにゅう	こむぎこ バター ごま さつまいも マカロニ はいがまい パン コーンスターチ	こまつな にんじん もやし たまねぎ キャベツ	542	21.3	12.5	1.4
8火	ごはん 鶏のから揚げ コーンサラダ 豚汁 オレンジ	五目おこわ 牛乳	とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら じゃがいも こんにゃく はいがまい もちごめ	しょうが きゅうり ごぼう キャベツ コーン しいたけ にんじん ねぎ オレンジ	575	22.8	17.2	1.7
9水	ごはん 豆腐の五目あん ひじきサラダ 味噌汁 (白菜) パナナ	お好み焼き 牛乳	とうふ とりにく えび あぶらあげ ちくわ たまご ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら はるさめ はいがまい こむぎこ	にんじん たまねぎ しいたけ ひじき きゅうり コーン はくさい こまつな パナナ キャベツ ねぎ のり	548	22.4	20.0	1.5
10木	ロールパン 親子焼き 野菜炒め かぼちゃスープ オレンジ	和風スパゲティ 牛乳	とりにく たまご はんぺん ウィナー ぎゅうにゅう スキムミルク ツナ	パン あぶら こむぎこ バター スパゲティ	にんじん たまねぎ グリーンピース コーン ビーマン キャベツ もやし かぼちゃ パセリ オレンジ しそ	502	22.4	21.1	1.8
11金	ごはん ポークカレー 赤魚のハーブ焼き もやしのナムル 豆腐のスープ	ふかし芋 牛乳	ぶたにく あかうお とうふ ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら ごまあぶら はいがまい さつまいも ごま	にんじん たまねぎ きゅうり グリーンピース もやし チンゲンサイ えのき	504	22.7	15.2	1.4
12土	ごはん ほっけ塩焼き さつまいもひじき煮物 昆布佃煮 五目みそ汁 (もやし/えのき) パナナ	あんマーガリンパン 牛乳	ほっけ あぶらあげ とうふ ぎゅうにゅう	さつまいも パン はいがまい	にんじん ひじき こんぶ もやし えのき こまつな バナナ	585	23.2	18.1	1.3
14月	ごはん 松風焼き ブロッコリーソテー 味噌汁 (じゃがいも/玉葱) オレンジ	フルーツポンチ クラッカー 牛乳	とりにく たまご ぎゅうにゅう	パンこ ごま あぶら じゃがいも はいがまい	にんじん たまねぎ しょうが ブロッコリー たけのこ わかめ オレンジ みかん パイン バナナ いちご	505	20.6	14.7	1.2
15火	ごはん 天ぷら 切り干し大根サラダ 大豆もやし炒め 味噌汁 (小松菜/豆腐)	かりんとうトースト 牛乳	ちくわ ツナ あぶらあげ とうふ ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら ごまあぶら こんにゃく はいがまい パン マーガリン くらざとう	かぼちゃ だいこん にんじん きゅうり もやし だいずもやし たけのこ こまつな たまねぎ	562	21.9	17.4	2.3
16水	ごはん 豚肉大根みそ煮 オレンジ ほうれん草おかかあえ どさんこ汁	ごまクッキー 牛乳	ぶたにく かつおぶし たまご ぎゅうにゅう	こんにゃく じゃがいも バター はいがまい ごま こむぎこ マーガリン	だいこん にんじん しょうが ほうれん草 もやし にんにく コーン たまねぎ オレンジ	538	21.1	18.7	1.6
17木	ロールパン ウィナートマト煮 さつまいもサラダ 親子スープ パナナ	五目うどん ブルー	ウィナー とりにく たまご あぶらあげ かつおぶし	パン じゃがいも バター さつまいも かたくりこ うどん	にんじん ビーマン たまねぎ マッシュルーム きゅうり もやし こまつな パナナ しいたけ ねぎ ブルー	462	13.9	14.7	2.0
18金	ごはん サバの唐揚げ 筑前煮 かきたま汁 パナナ	チキンライス 牛乳	さば とりにく たまご かつおぶし ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら こんにゃく ごまあぶら はいがまい バター	しょうが ごぼう にんじん れんこん しいたけ えのき わかめ パナナ たまねぎ パセリ	570	26.2	16.4	1.5
19土	ごはん 赤魚カレー焼き 昆布佃煮 パナナ 切干大根コンソメ煮 味噌汁 (なめこ/小松菜)	ジャムマーガリンパン 牛乳	あかうお ツナ とうふ ぎゅうにゅう	あぶら パン はいがまい	たまねぎ だいこん にんじん こんぶ なめこ こまつな パナナ	553	21.9	18.3	2.0
21月	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーごま和え 煮豆 味噌汁 (キャベツ)	大学ポテト 牛乳	ぶたにく きんときまめ あぶらあげ とうふ ぎゅうにゅう	しらたき あぶら ごま はいがまい さつまいも	ねぎ しいたけ にんじん ブロッコリー キャベツ こまつな	554	21.8	17.9	1.3
22火	ごはん 揚げレバーの甘酢あえ じゃが芋ツナ煮 コールスローサラダ 味噌汁 (もやし)	チーズ蒸しパン 牛乳	ぶたレバー ツナ あぶらあげ チーズ ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら じゃがいも こんにゃく はいがまい	しょうが たまねぎ グリーンピース にんじん きゅうり キャベツ コーン もやし えのき こまつな	505	21.5	15.7	1.8
23水	ごはん 白身魚ピカタ 中華風サラダ 野菜スープ オレンジ	ドーナツ 牛乳	ホキ たまご ウィナー スキムミルク ぎゅうにゅう	こむぎこ バター あぶら はいがまい マーガリン あぶら	もやし にんじん きゅうり キャベツ コーン たまねぎ パセリ オレンジ	503	19.7	16.2	1.0
24木	【衛生会メニュー】サンドイッチ ポテトスープ タンドリーチキン マカロニサラダ いちご	ジョア いちごマフィン	ツナ とりにく ヨーグルト ウィナー ぎゅうにゅう スキムミルク たまご	パン マーガリン マカロニ じゃがいも こむぎこ	きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ コーン パセリ いちご	536	23.0	20.2	1.7
25金	ごはん えびグラタン ごぼうサラダ 味噌汁 (豆腐/わかめ) オレンジ	味噌ラスク 牛乳	えび とりにく チーズ スキムミルク とうふ ぎゅうにゅう	マカロニ こむぎこ バター ごま はいがまい パン マーガリン グラニューとう	にんじん パセリ たまねぎ マッシュルーム ごぼう コーン きゅうり わかめ ねぎ オレンジ	529	19.9	17.2	1.3
26土	らくせいしき 落成式								
28月	ごはん さばみそ焼き ブロッコリーサラダ 味噌汁 (厚揚げ/小松菜) パナナ	焼きそば 牛乳	さば ハム なまあげ ぶたにく ぎゅうにゅう	じゃがいも はいがまい ちゅうかめん あぶら	しょうが ブロッコリー きゅうり こまつな だいこん パナナ にんじん ビーマン キャベツ もやし	548	26.0	16.7	2.2
29火	しょうわ ひ 昭和の日								
30水	ごはん 八宝菜 中華風卵焼き 春雨スープ オレンジ	きなこ揚げパン 牛乳	えび ぶたにく たまご あぶらあげ かつおぶし きなこ ぎゅうにゅう	かたくりこ あぶら はるさめ パン はいがまい	にんじん もやし はくさい たけのこ しいたけ ねぎ にら オレンジ	587	26.5	22.1	1.7



山岸こども園の給食について

乳幼児期は心身の発育発達がもっとも旺盛なときです。この大事な時期の子どもたちの、健やかな成長をサポートするため、日々工夫をこらして給食づくりをしています。
 ☆ だしを毎朝取っています。
 <みそ汁→煮干し粉 すまし汁・スープ→かつお節 離乳食→昆布>
 ☆ 旬の食材を取り入れるようにしています。
 ☆ おやつは芋や果物・麺類・穀類・乳製品で栄養を補います。

★物資の都合上献立を変更する場合があります。

今月のクッキング

今月のふじ組さんのクッキングは、
 23日(水)です。「プリン」を作ります。
 エプロン、三角巾、マスクの準備と爪切りをお願いします。

入園・進級
おめでとう



4/1(火)に、入園・進級のお祝いのお菓子が土産にあります。