



れいわ ねんど  
令和8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	ちゆう 屋	しょく 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)	えいようせつしゆりよう 栄養摂取量			
							ねつりょう 熱量 (Kcal)	たんぱく質 (g)	しじつ 脂質 (g)	しょくえん 食塩 (g)
1 水	ごはん 味噌汁 (小松菜/豆腐) パナナ かじきみそマヨネーズ焼き 野菜のうま煮	ひじきごはん 牛乳	とうふ めかじき ふたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも もちこめ	こまつな たまねぎ ごぼう にんじん たけのこ パナナ ひじき しいたけ	605	25.0	14.9	1.8	
2 木	ロールパン コーンチャウダー オレンジ 鶏もも照り焼き 青菜コーンごま和え	カレーうどん 牛乳	とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク かつおぶし	パン じゃがいも こむぎこ パター ごま うどん かたくりこ	にんじん パセリ たまねぎ コーン もやし こまつな オレンジ しいたけ グリンピース	505	28.9	15.6	2.1	
3 金	ごはん 味噌汁 (なめこ/葱) パナナ 高野豆腐フライ 豚肉とれんこん炒め	人参ケーキ 牛乳	とうふ こうやどろふ ふたにく たまご スキムミルク ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ パンこ あぶら マーガリン	なめこ ねぎ にんにく れんこん もやし にんじん ピーマン きくらげ パナナ	560	21.0	17.3	1.3	
4 土	ごはん 味噌汁 (豆腐/わかめ) パナナ ほっけ塩焼き 厚揚げの煮物 昆布佃煮	ジャムマーガリンパン 牛乳	とうふ ほっけ あつあげ ツナ ぎゅうにゅう	こめ パン	わかめ ねぎ にんじん はくさい ひじき こんぶ パナナ	561	23.5	20.4	1.6	
6 月	ごはん 豚汁 白身魚のピカタ 三色ごま和え さつま芋甘煮	ココアサンド 牛乳	ふたにく とうふ ホキ たまご ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも こんにゃく こむぎこ バター ごま さつまいも パン コーンスターチ	にんじん ごぼう ねぎ こまつな もやし	590	25.1	14.8	1.7	
7 火	ごはん たぬき汁 鶏のから揚げ コーンサラダ オレンジ	五目おこわ 牛乳	さつまあげ あぶらあげ かつおぶし とりにく ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく かたくりこ あぶら もちこめ	にんじん えのき ごぼう ねぎ しょうが きゅうり キャベツ コーン オレンジ しいたけ	577	20.5	18.4	1.7	
8 水	ごはん 味噌汁 (白菜) パナナ 豆腐の五目あん ひじきサラダ	お好み焼き 牛乳	あぶらあげ とうふ とりにく ちくわ たまご えび ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ あぶら はるさめ こむぎこ	はくさい こまつな にんじん たまねぎ しいたけ ひじき きゅうり コーン パナナ キャベツ ねぎ あおのり	548	22.4	20.0	1.5	
9 木	ロールパン かぼちゃスープ 親子焼き 野菜炒め オレンジ	和風スパゲティ 牛乳	ウイナー ぎゅうにゅう スキムミルク とりにく たまご はんぺん ツナ	パン こむぎこ パター あぶら スパゲティ	かぼちゃ にんじん パセリ たまねぎ グリンピース コーン ピーマン キャベツ もやし オレンジ しそ	501	22.3	21.1	1.8	
10 金	ごはん わかたけ汁 ポークカレー 赤魚のハーブ焼き もやしのナムル	ふかし芋 牛乳	かつおぶし ふたにく あかうお ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら ごま さつまいも	たけのこ わかめ ねぎ にんじん たまねぎ もやし グリンピース きゅうり	490	21.5	14.2	1.7	
11 土	ごはん 五目味噌汁 さばのごま味噌焼き さつま芋ひじき煮物 昆布佃煮 パナナ	あんマーガリンパン 牛乳	とうふ さば あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ ごま さつまいも パン	もやし えのき にんじん こまつな しょうが ひじき こんぶ パナナ	629	26.4	19.2	2.0	
13 月	ごはん 味噌汁 (厚揚げ/小松菜) 松風焼き ブロッコリーソテー オレンジ	フルーツポンチ クラッカー 牛乳	あつあげ とりにく たまご ぎゅうにゅう	こめ パンこ ごま あぶら	こまつな だいこん にんじん たまねぎ しょうが みかん ブロッコリー たけのこ オレンジ パイン パナナ いちご	501	20.9	15.3	1.2	
14 火	ごはん 味噌汁 (小松菜/豆腐) パナナ 竹輪かぼちゃ天ぷら 切り干し大根サラダ	かりんとうトースト 牛乳	とうふ ちくわ ツナ ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ あぶら パン マーガリン くろざとう	こまつな たまねぎ パナナ かぼちゃ だいこん にんじん きゅうり もやし	562	20.0	14.4	2.0	
15 水	ごはん 豆腐のスープ オレンジ 豚肉大根みそ煮 ほうれん草おかかあえ	ごまクッキー 牛乳	とうふ ふたにく かつおぶし たまご ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく こむぎこ マーガリン ごま	チンゲンサイ えのき もやし にんじん だいこん しょうが ほうれん草 オレンジ	486	18.4	16.4	1.8	
16 木	〈誕生会メニュー〉 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	ショア いちごマフィン	ツナ ウイナー ぎゅうにゅう スキムミルク とりにく ヨーグルト たまご	パン マーガリン じゃがいも マカロニ こむぎこ	きゅうり たまねぎ にんじん コーン パセリ キャベツ いちご	543	23.2	20.3	1.7	
17 金	ごはん かきたま汁 サバの唐揚げ 筑前煮 パナナ	チキンライス 牛乳	たまご かつおぶし さば とりにく ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ あぶら こんにゃく バター	えのき わかめ しょうが ごぼう にんじん れんこん しいたけ パナナ たまねぎ パセリ	570	26.2	16.4	1.5	
18 土	ごはん 味噌汁 (なめこ/小松菜) ホキカレー焼き 切干大根コンソメ煮 昆布佃煮 パナナ	ジャムマーガリンパン 牛乳	とうふ ホキ ツナ ぎゅうにゅう	こめ あぶら パン	なめこ こまつな たまねぎ だいこん にんじん こんぶ パナナ	550	22.0	17.9	2.1	
20 月	ごはん 味噌汁 (キャベツ) 肉豆腐 ブロッコリーごま和え 煮豆	大学ポテト 牛乳	あぶらあげ ふたにく とうふ きんときまめ ぎゅうにゅう	こめ しらたき あぶら ごま さつまいも	キャベツ こまつな ねぎ しいたけ にんじん ブロッコリー	588	24.4	20.7	1.2	
21 火	ごはん 味噌汁 (もやし/小松菜) じゃが芋ツナ煮 揚げレバーの甘酢あえ コールスローサラダ	チーズ入り蒸しパン 牛乳	あぶらあげ ふたレバー ツナ チーズ ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく かたくりこ あぶら じゃがいも	もやし えのき にんじん こまつな しょうが たまねぎ グリンピース きゅうり キャベツ コーン	501	21.2	15.6	1.7	
22 水	ごはん ワンタンスープ オレンジ 緒みそマヨネーズ焼き 中華風サラダ	ドーナツ 牛乳	とりにく かつおぶし さわら スキムミルク ぎゅうにゅう	こめ ワンタンのかわ あぶら こむぎこ マーガリン	にんじん こまつな たまねぎ えのき しょうが もやし きゅうり キャベツ オレンジ	527	21.4	19.0	1.1	
23 木	ロールパン 親子スープ パナナ ウイナートマト煮 さつま芋サラダ	五目うどん プルーン	とりにく たまご ウイナー あぶらあげ かつおぶし	パン かたくりこ バター さつまいも うどん	もやし こまつな たまねぎ にんじん だいこん ピーマン マッシュルーム きゅうり パナナ しいたけ ねぎ プルーン	469	13.6	14.7	2.0	
24 金	ごはん 野菜スープ オレンジ えびグラタン ごぼうとコーンサラダ	味噌ラスク 牛乳	ウイナー えび とりにく スキムミルク チーズ ぎゅうにゅう	こめ マカロニ こむぎこ バター ごま パン マーガリン グラニューとう	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ パセリ オレンジ マッシュルーム ごぼう コーン	535	18.6	17.3	1.1	
25 土	ごはん 五目味噌汁 さば塩焼き 高野豆腐の煮物 昆布佃煮 パナナ	バタースティックパン 牛乳	とうふ さば こうやどろふ ツナ ぎゅうにゅう	こめ パン	もやし えのき にんじん こまつな はくさい ひじき こんぶ パナナ	536	26.6	15.6	1.8	
27 月	ごはん 味噌汁 (じゃがいも/玉葱) さば味噌焼き 和風サラダ パナナ	焼きそば 牛乳	さば ちくわ ふたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら ちゅうかめん	たまねぎ わかめ しょうが にんじん きゅうり もやし キャベツ パナナ ピーマン	507	23.7	12.3	1.9	
28 火	ごはん 味噌汁 (かぼちゃ/厚揚げ) 煮魚 麻婆大根 パナナ	ごましゅまる 牛乳	あつあげ かわいい ふたにく ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ あぶら コーンフレーク ごま パター	かぼちゃ こまつな パナナ しょうが だいこん ねぎ にんじん にんにく	534	22.6	16.7	2.0	
29 水	しょうわ ひ 昭和の日									
30 木	ロールパン マカロニスープ オレンジ かわいいの竜田揚げ ブロッコリーポテトサラダ	チャーハン 牛乳	ウイナー かわいい ふたにく ぎゅうにゅう	パン マカロニ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ	にんじん もやし はくさい たけのこ しいたけ ねぎ いら オレンジ にんじん たまねぎ キャベツ コーン しょうが ブロッコリー きゅうり	516	22.0	18.5	2.0	

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、  
 28日(火)です。ぐりとぐらの「カステラ」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(水)入園・進級のお祝いのお菓子を渡します。