

令和8年 4月分 献立表

法善寺保育園

日付	曜日	献立名	材 料 名			おやつ	補食
			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		
15	水	パン 春キャベツミートローフ かぼちゃサラダ コンソメスープ	★コッペパン/かたくり粉/調合油/三温糖/マヨドレ(卵なし)/精白米	豚ひき肉/ロースハム/★牛乳/わかめふりかけ	キャベツ/玉葱/トマトケチャップ/かぼちゃ/きゅうり/にんじん/かぶ/ホールコーン(缶)	牛乳 わかめふりかけおにぎり	ココア トースト
16 30	木	中華丼 スティック野菜中華和え 中華スープ オレンジ	精白米/胚芽精米/ごま油/かたくり粉/三温糖/★食パン	豚中型肩ロース(脂肪なし)/ﾊﾞﾏｲﾄﾞ(養殖、生)/かまぼこ/カットわかめ/★牛乳/★クリーム(乳脂肪)/★加糖練乳	にんじん/玉葱/たけのこ(ゆで)/はくさい/ヤングコーン/きゅうり/生しいたけ(園床栽培、生)/チンゲンツァイ/パレンシアオレンジ/いちご	牛乳 いちごのフルーツサンド	鮭 おにぎり
17	金	ご飯 鯖の照り焼き 切干大根サラダ 豆腐となめこの味噌汁	胚芽精米/精白米/調合油/三温糖/ごま油/★プレミックス粉(ホットケーキ用)	さわら/かまぼこ/★絹ごし豆腐/みそ/煮干し/こんぶ/★ショアブルーベリー/★牛乳/ワインナー	しょうが/切干しいたけ/キャベツ/にんじん/きゅうり/なめこ/こまつな/ホールコーン(缶)/トマトケチャップ/パセリ(乾)	幼児 ショアブルーベリー 乳児 牛乳 ウイナーパン	青菜 おにぎり
18	土	チキンライス アスパラソテー ポテトスープ オレンジ	精白米/調合油/じゃがいも/★食パン/ソフトタイプマーガリン/すりごま(白)/グラニュー糖	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/ベーコン/★牛乳	にんじん/玉葱/マッシュルーム/トマトケチャップ/トマトピューレ/アスパラガス/キャベツ/ふなしめじ/パレンシアオレンジ	牛乳 セサミラスク	
20	月	筍ご飯 鮭の西京焼き ひじきのあえもの かぶのすまし汁	精白米/三温糖/調合油/いりごま(白)/ごま油/かたくり粉/黒砂糖	★油揚げ/花がとお/こんぶ/鮭/西京みそ/みそ/干ひじき(ｱｼﾞ)以蓋、乾/★牛乳/★豆乳/きな粉	たけのこ(ゆで)/にんじん/キャベツ/こまつな/ホールコーン(缶)/かぶ/えのきたけ/玉葱	牛乳 豆乳くずもち	ごま塩 おにぎり
21	火	ご飯 鶏のごま焼き しらすあえ 新じゃがの味噌汁	胚芽精米/精白米/いりごま(白)/いりごま(黒)/ごま油/じゃがいも/★薄力粉/ベーキングパウダー/三温糖/★有塩バター	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/しらす干し/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳	しょうが/にんじん/ﾌﾗｯｸﾞｯﾊﾞ もやし/キャベツ/ほうれんそう/ホールコーン(缶)/玉葱/あさつき/マーメレード(低糖度)	牛乳 7日マーメレードケーキ 21日アンパンマンケーキ	わかめ おにぎり
22	水	スパゲティーミートソース かぶとツナのマリネ キャベツのコンソメスープ りんご	★スパゲッティ/三温糖/調合油/オリーブ油/精白米/もち米/いりごま(黒)	豚ひき肉/★粉チーズ/まкру缶詰(水煮ﾙｰｸﾞｯﾄ)/★牛乳/ささげ(乾)	にんにく/にんじん/玉葱/マッシュルーム/トマトピューレ/トマトケチャップ/かぶ/きゅうり/キャベツ/えのきたけ/りんご	牛乳 お赤飯おにぎり	シュガー トースト
23	木	八穀ご飯 鯖しモン漬け ごぼうサラダ わかたけ汁	八穀だいきく/精白米/胚芽精米/かたくり粉/調合油/三温糖/マヨドレ(卵なし)/すりごま(白)/★食パン	まさば/カットわかめ/花がとお/こんぶ/★牛乳	レモン(果汁)/ごぼう/にんじん/きゅうり/ホールコーン(缶)/たけのこ(ゆで)/ほうれんそう/玉葱	牛乳 9日 -ロラスク(災害食) 23日かりんとうパン	ゆかり おにぎり
24	金	チキンカレーライス アスパラサラダ 野菜スープ	胚芽精米/精白米/じゃがいも/★薄力粉/★有塩バター/調合油/三温糖/ベーキングパウダー/グラニュー糖	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/ベーコン/★ヨーグルト/★プレーンヨーグルト/★牛乳	にんじん/玉葱/かぼちゃ/りんご/トマトケチャップ/にんにく/しょうが/アスパラガス/キャベツ/りょくとうもやし/エリンギ/レーズン	ヨーグルト レーズンスコーン	おかか おにぎり
25	土	マーボー丼 ホタテと大根のサラダ チンゲン菜の中華スープ りんご	精白米/ごま油/三温糖/かたくり粉/調合油/さつまいも	★木綿豆腐/豚ひき肉/八丁みそ/ほたてがし/貝柱、水煮缶詰/★牛乳	しょうが/にんにく/ねぎ/だいこん/にんじん/キャベツ/玉葱/生しいたけ(園床栽培、生)/チンゲンツァイ/りんご	牛乳 ふかし芋	
27	月	三平うどん 筑前煮 バナナ	★うどん(ゆで)/ごま油/つきこんにやく/さといも/三温糖/精白米/すりごま(白)	鮭/煮干し/こんぶ/鶏若鶏肉モモ(皮なし)/★牛乳/八丁みそ/みそ	にんじん/だいこん/玉葱/はくさい/ﾌﾗｯｸﾞｯﾊﾞ もやし/ごぼう/れんこん/さやえんどう/バナナ	牛乳 五平餅	きな粉 トースト
28	火	きびご飯 油淋鶏 添え野菜 春雨スープ	きび(精白粒)/精白米/胚芽精米/かたくり粉/調合油/三温糖/いりごま(白)/春雨/★薄力粉/ベーキングパウダー/★有塩バター/すりごま(白)	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/★牛乳/★調製豆乳	しょうが/ねぎ/キャベツ/にんじん/干し椎茸/はくさい/ほうれんそう	牛乳 ほうれん草ケーキ	ツナ おにぎり

◎都合により献立を変更する場合があります。予めご了承ください。

☆乳児クラスは午前におやつがあります。合成添加物を使わない自然食品のお菓子を5~10g食べています。

☆牛乳は乳児組1日100~150ml午前・午後のおやつで分けて飲んでいます。☆幼児組は、1日100~150mlを飲んでいます。

◎必要に応じて、普通食の副菜をやわらかく煮て、食べやすく対応する場合もあります(移行食)
◎急に延長になってしまった場合にせんべいの提供もすることがあります。

	乳児	幼児
エネルギー(kcal)	486	560
たんぱく質(g)	19.5	22.7
脂 質(g)	15.3	17.1
食塩相当量(g)	1.8	1.9