



# 4月の献立



R5年度

新町かぜいろ  
こども園

献立名			未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
						上段...以上児/下段...未満児			
1	土	パスタ 和風スパゲティー キャベツのゴマ味噌和え グレープフルーツ	牛乳 バナナチップ	まめびよ おせんべい・ウエハース	スパゲティー・ベーコン・ほうれん草・ 玉葱・しめじ・キャベツ・人参・いんげん	703 653	23.4 23	2.5 2.1	
2	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 ロールケーキ				
3	月	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め 千草和え キウイフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 マーブル蒸しパン	米・豚肉・厚揚げ・キャベツ・玉葱・人 参・しめじ・ニラ/鶏卵・ほうれん草・ キャベツ・人参・もやし	544 476	19.4 17.8	1.1 1.2	
4	火	ごはん 鶏肉のマーメイド焼き マカロニサラダ バナナ	牛乳 クラッカー	ミルクプリン	米・鶏肉/マカロニ・きゅうり・人参・ キャベツ/コーン・玉葱	542 541	21.1 20.9	2.1 1.9	
5	水	ごはん 親子丼 もやしの塩ナムル グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 ホットケーキ	米・鶏肉・鶏卵・高野豆腐・玉葱・人 参・しめじ・三つ葉/もやし・きゅうり・人 参・わかめ	503 430	21.6 22	1.3 1.6	
6	木	わかめ ごはん 鮭の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮	お茶 チーズ かみかみ昆布	牛乳 シュガートースト	米・わかめ/鮭/鶏肉・じゃが芋・人参・ 玉葱/大根・しめじ・長葱	509 436	24.8 21.8	2.5 2	
7	金	パン シチュー キャベツのお浸し オレンジ	牛乳 バナナチップ	豆乳 そぼろおにぎり	バターロール/鶏肉・じゃが芋・玉葱・ 人参/油揚げ・キャベツ・人参・きゅうり	613 543	29.3 26.5	2.7 2.2	
8	土	ごはん カレイの照り焼き さつま芋サラダ キウイフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 りんごタルト	米/カレイ/さつま芋・人参・きゅうり・ コーン/油揚げ・玉葱・しめじ・えのき・ 椎茸・浅葱	531 469	18.9 17.5	1.3 1.2	
9	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 ベジタべる				
10	月	ごはん ホイコーロー ひじきの中華和え グレープフルーツ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 卵サンドイッチ	米・豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人参・ しめじ・キャベツ・ピーマン/ひじき・小 松菜・きゅうり・コーン	576 485	23.1 18.9	1.9 1.5	
11	火	ごはん タンドリーカジキ 大根サラダ	お茶 チーズ	牛乳 じゃが芋のガレット	米/カジキ・にんにく/竹輪・大根・きゅ うり・コーン/人参・筍・菜の花・椎茸	450 411	20.5 20.2	2.6 2.3	
12	水	カレー ピラフ メンチカツ ブロッコリーのサラダ オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 レアチーズケーキ	米・コーン・玉葱・人参・ピーマン/メン チカツ/ブロッコリー・コーン・きゅうり/ キャベツ・大根・人参	589 500	17.5 14.5	2.9 2.4	
13	木	ふり かけ 鶏肉のトマト煮 小松菜の和え物 バナナ	お茶 小魚	牛乳 マドレーヌ	米・ふりかけ/鶏肉・じゃが芋・玉葱・ 人参・しめじ・ピーマン/トマト/小松 菜・もやし・人参・わかめ	539 467	19.2 20.1	1.2 1.5	
14	金	ごはん 鯖の竜田揚げ 切干大根のゴマ酢和え	牛乳 バナナチップ	バナナ豆乳 わらび餅	米/鯖/切干大根・きゅうり・人参・もや し/豆腐・わかめ・大根・長葱	518 489	19.3 20.2	2 1.7	
15	土	パン ホットドッグ もやしのナムル オレンジ	お茶 おせんべい	りんごジュース 雪の宿・チョコイス	コッペパン・ウインナー・キャベツ/もや し・小松菜・きゅうり・人参/鶏肉・じゃ が芋・ほうれん草・玉葱・人参	629 546	17.2 14.4	2.4 2	
16	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 今川焼き				
17	月	ごはん 麻婆丼 春雨サラダ 春巻き ヨーグルト	お茶 おせんべい	牛乳 じゃがバター	米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・筍・椎 茸・長葱・ニラ/春巻き/春雨・きゅうり・ 人参・コーン	538 453	20.4 16.3	1.9 1.6	
18	火	ごはん 鯖の西京焼き 鉄骨サラダ けんちん汁 オレンジ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 ブラウニー	米/鯖/チーズ・ひじき・きゅうり・小松 菜・コーン/豆腐・油揚げ・里芋・大根・ 人参・牛蒡・蒟蒻・浅葱	575 497	23.8 21.1	1.9 1.5	
19	水	パスタ ミートソース じゃこサラダ キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	豆乳 いなり寿司	スパゲティー・豚肉・高野豆腐・玉葱・ 人参・トマト/しらす・小松菜・キャベ ツ・もやし	629 566	26.9 24.3	1.6 1.4	
20	木	ごはん チキンカレー もやしの和え物 グレープフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 イースターカップケーキ	米・にんにく・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人 参/もやし・ほうれん草・きゅうり	584 509	19.3 17.8	2 1.8	
21	金	ごはん カレイのねぎ味噌焼き 五目きんぴら 枝豆クリームスープ ゼリー	牛乳 バナナチップ	豆乳 大学芋	米/カレイ・長葱/大豆・竹輪・牛蒡・人 参・蓮根/人参・玉葱・ほうれん草	580 533	23 22	1.2 1	
22	土	ごはん ハンバーグ わかめサラダ バナナ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 メロンパン	米/ハンバーグ/わかめ・きゅうり・コー ン/大根・人参・青梗菜	545 483	17.7 15.7	2.4 2	
23	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 まめびよ バナナケーキ				
24	月	ごはん すき焼き風煮 ポテトサラダ バナナ	牛乳 クラッカー	豆乳 ボンデケーキ	米/豚肉・豆腐・白菜・長葱・人参・椎 茸・白滝/鶏卵・じゃが芋・きゅうり・人 参・コーン	561 565	22.8 22.6	1.4 1.3	
25	火	ごはん カツオフライ ほうれん草の白和え 味噌汁 ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 焼きそばパン	米/カツオフライ/豆腐・ほうれん草・ 人参・しめじ/大根・人参・えのき・長 葱	562 497	26.1 23.7	2.6 2.2	
26	水	うどん きつねうどん 蓮根サラダ グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 さつま芋おにぎり	うどん・豚肉・油揚げ・大根・人参・長 葱・しめじ・小松菜/竹輪・蓮根・きゅ うり・小松菜	548 455	21.6 21.8	2.6 2.7	
27	木	ごはん 鮭のあけぼの焼き 切干大根の煮付け 野菜スープ チーズ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 お好み焼き	米/鮭・人参/さつま揚げ・切干大根・ 人参・椎茸・グリーンピース/キャベツ・ 玉葱・じゃが芋	484 415	23.3 20.6	1.8 1.4	
28	金	菜飯 こいのぼりハンバーグ ツナサラダ ミネストローネ ヨーグルト	牛乳 バナナチップ	豆乳 ★アップルポテトパイ	米/ハンバーグ・チーズ/ツナ・キャベ ツ・人参・きゅうり・コーン/じゃが芋・ 玉葱・人参・トマト	548 501	21.8 20.4	1.1 1	
29	土	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 クリームパン				
30	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			牛乳 ジョア えびせん				
★は新メニューです。						平均	558 494	21.7 20.1	2 1.7

\*献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください\*