

2026年 4月の給食献立表

献立表の主食欄で、○印の時は家庭からメニューに合わせて、ごはん又はパンを持参して下さい。

×印の時は園で主食を用意いたします。未満児は園で用意するので持参する必要はありません。

【持参する主食の目安量】 ごはん110g パン6枚切り 1枚 バターロール小 2ヶ

ごはんは、ふりかけ等はかけずに、パンはバターやジャムをつけないで持参して下さい。味ごはんや総菜パンは控えてください。4月中は、ごはんの目安量をサンプルケースに展示しますので参考にしてください。

御代田町 雪窓 保育園

| 日 曜日 | 献立名 | 材 料 名 | 午前のおやつ 未満児 | 午後のおやつ | エネルギー たんぱく質 | |
|---------|--|---|-----------------------|--|-------------|-------|
| | | | | | 脂質 | 塩分 |
| 1 水 | 希望保育 希望保育の園児はお弁当を持参してください | | | | | |
| 2 木 |  入園式 | | 4月9日まで新入園児は 昼食後、降園 | | | |
| 3 金 | × 鶏とひじきの混ぜごはん 豆腐とたまねぎのみそ汁 | 精白米 水 鶏ひき肉 干ひじき にんじん 油揚げ サラダ油 こいくちしょうゆ 料理酒 本みりん 上白糖 顆粒和風だし 木綿豆腐 長ねぎ にんじん たまねぎ 煮干しだし みそ | | きなこいも さつまいも サラダ油 こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖 水 きな粉 牛乳 | 505kcal | 17.8g |
| 6 月 | × チキンライス 野菜たっぷりスープ | 精白米 水 鶏肉ももこま肉 たまねぎ にんじん 食塩 こしょう ケチャップ コンソメ 中濃ソース 白菜 たまねぎ コーン にんじん ABCマカロニ しめじ 豚ベーコン コンソメ | | ジャが芋パン じゃが芋 薄力粉 調製豆乳 サラダ油 ベーキングパウダー 上白糖 食塩 牛乳 | 471kcal | 15.6g |
| 7 火 | × 焼きそば 海の野菜スープ | 焼きそば用めん 豚ひき肉 鶏ひき肉 キャベツ りょくとうもやし たまねぎ にんじん サラダ油 オイスターソース 焼きそば粉末ソース あおのり カットわかめ もずく 干ひじき 長ねぎ にんじん うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 料理酒 本みりん | | まんじゅう 中力粉 重曹 上白糖 サラダ油 水 あんこ 牛乳 | 506kcal | 20.4g |
| 8 水 | × ピピンバ風ませごはん ちくわのすまし汁 | 精白米 水 豚ひき肉 りょくとうもやし ほうれん草 にんじん ごま油 おろしにんにく こいくちしょうゆ みそ 上白糖 料理酒 いりごま たまねぎ 長ねぎ にんじん 焼き竹輪 かつお・昆布だし うすくちしょうゆ 料理酒 | | かぼちゃパイ 春巻きの皮 かぼちゃ 上白糖 中力粉 サラダ油 牛乳 | 476kcal | 18.3g |
| 9 木 | × ミートスパゲティ コーンサラダ | スパゲッティ サラダ油 にんじん 豚ひき肉 たまねぎ 水 ローリエ ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう コーン キャベツ たまねぎ にんじん 白すりごま 穀物酢 うすくちしょうゆ | | 焼きおにぎり 精白米 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 牛乳 | 503kcal | 19.1g |
| 10 金 | ○ ドライカレー 三色和え バナナ | 鶏ひき肉 豚ひき肉 トマト水煮 たまねぎ ジャが芋 にんじん 赤パプリカ ★カレールウフレーク (未満児：はちみつなしカレールウ) ケチャップ 中濃ソース おろしにんにく おろししょうが サラダ油 キャベツ りょくとうもやし にんじん うすくちしょうゆ 上白糖 福神漬 | せんべい 牛乳 | ごまのホートロ マカロニ 白すりごま 黒すりごま 上白糖 食塩 牛乳 | 403kcal | 18.0g |
| 13 月 | ○ 松風焼き かにかまと大根のサラダ 麩のすまし汁 | 鶏ひき肉 長ねぎ たまねぎ パン粉 調製豆乳 上白糖 みそ いりごま サラダ油 だいこん きゅうり にんじん コーン かにかま 穀物酢 うすくちしょうゆ 上白糖 えのき 長ねぎ にんじん 焼きふ たまねぎ 料理酒 かつお・昆布だし うすくちしょうゆ | ビスケット 麦茶 | フルーツポンチ 青りんごゼリーの素 ももゼリーの素 レモン果汁 りんごジュース みかん パイナップル 白桃 牛乳 | 364kcal | 19.3g |
| 14 火 | ○ 鮭のさくさく焼き ツナのスパゲッティサラダ 春野菜のスープ | さけ マヨネーズ風ドレッシング ウスターソース 水 パン粉 スパゲッティ きゅうり キャベツ ブロッコリー ツナ水煮 うすくちしょうゆ オリーブ油 おろしにんにく 新たまねぎ 豚ベーコン コーン アスパラガス にんじん うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 食塩 | 国産ぶとうゼリー 麦茶 | 豆乳バナナケーキ ホットケーキミックス 調製豆乳 バナナ 牛乳 | 368kcal | 22.6g |
| 15 水 | ○ マーボー豆腐 バンサンスー バナナ | 木綿豆腐 豚ひき肉 長ねぎ たら おろししょうが ごま油 上白糖 こいくちしょうゆ みそ オイスターソース 鶏がらだし 片栗粉 きゅうり みかん 緑豆はるさめ 豚ロースハム 穀物酢 こいくちしょうゆ 上白糖 ごま油 いりごま | かぼちゃ煮 麦茶 | にんじん焼きおむすび 精白米 塩昆布 食塩 料理酒 にんじん 水 ごま油 麦茶 | 365kcal | 16.2g |
| 16 木 | ○ 鶏のから揚げ シャウエッセン 未満児：ウイニー ミニオンポテト ブロッコリー | 鶏肉もも肉 料理酒 こいくちしょうゆ おろししょうが 片栗粉 サラダ油 <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; margin: 5px 0;"> お花見給食 すみれ・ゆり・さくら組は食べられる量のおむすびを持参してください。味付けは自由です。 </div> ブロッコリー 食塩 | 鉄ウエハース 牛乳 | ココア豆腐ブラウニー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー サラダ油 木綿豆腐 ココア 上白糖 麦茶 | 396kcal | 14.8g |

| 日 曜日 | 主食 | 献立名 | 材 料 名 | 午前のおやつ 未満児 | 午後のおやつ | エネルギー たんぱく質 | |
|---------|----|---|--|------------------|---|------------------|---------------|
| | | | | | | 脂質 | 塩分 |
| 17 金 | ○ | 鯖の塩焼き 切干大根の煮物 春野菜のみそ汁 | さば 食塩 切干しだいこん 干しいたけ にんじん 焼き竹輪 サラダ油 上白糖 こいくちしょうゆ 料理酒 水 キャベツ 新たまねぎ たけのこ スナップイドリ みそ 煮干しだし | にんじんグラッセ 牛乳 | フライドポテト じゃが芋 サラダ油 あおのり 食塩 牛乳 | 305kcal 15.7g | 18.7g 1.8g |
| 20 月 | ○ | 高野豆腐のそぼろ煮 磯香あえ でこぼん(0.1歳：乳ツ) | 鶏ひき肉 高野豆腐 じゃが芋 にんじん たまねぎ さやいんげん 干しいたけ かつお・昆布だし こいくちしょうゆ 上白糖 料理酒 片栗粉 キャベツ きゅうり にんじん こいくちしょうゆ 刻みのり マヨネーズ風ドレッシング でこぼん(未満児：オレンジ) | 蒸しかぼちゃ 牛乳 | ベジタ棒 中力粉 たまねぎ にんじん パセリ ベーキングパウダー 水 食塩 サラダ油 牛乳 | 376kcal 18.4g | 18.4g 1.1g |
| 21 火 | ○ | さばとたまねぎのみそ煮 もやしのごまあえ 豆腐とたまねぎのすまし汁 | さば たまねぎ おろししょうが みそ 本みりん 上白糖 料理酒 こいくちしょうゆ 水 りょくとうもやし キャベツ こまつな にんじん 白すりごま こいくちしょうゆ 上白糖 長ねぎ にんじん 木綿豆腐 たまねぎ 料理酒 食塩 かつお・昆布だし うすくちしょうゆ | 豆腐煮 麦茶 | 肉まん 豚ひき肉 干しいたけ 長ねぎ おろししょうが こいくちしょうゆ 料理酒 上白糖 ごま油 片栗粉 中力粉 サラダ油 ドライイースト ベーキングパウダー 食塩 水 麦茶 | 340kcal 13.9g | 17.7g 1.8g |
| 22 水 | ○ | ひじき入り鶏つくね 塩昆布あえ 高野豆腐のみそ汁 | 鶏ひき肉 にんじん 干ひじき たまねぎ 食塩 水 片栗粉 こいくちしょうゆ 料理酒 上白糖 にんじん キャベツ きゅうり 塩昆布 こいくちしょうゆ 穀物酢 えのき 長ねぎ にんじん たまねぎ 煮干しだし みそ 凍り豆腐 | ふかし芋 牛乳 | せんべい 飲むヨーグルト | 308kcal 8.5g | 18.3g 1.9g |
| 23 木 | ○ | 白身魚の春野菜あんかけ ちくわの和風マカロニサラダ バナナ | ホキ 食塩 こしょう 片栗粉 サラダ油 たけのこ アスパラガス たまねぎ にんじん うすくちしょうゆ 穀物酢 上白糖 本みりん 顆粒和風だし 焼き竹輪 キャベツ マカロニ パセリ マヨネーズ風ドレッシング こいくちしょうゆ かつお節 白すりごま | コーンフレーク 牛乳 | みそだれポテト じゃが芋 みそ 上白糖 本みりん 片栗粉 水 牛乳  | 344kcal 13.0g | 18.0g 1.8g |
| 24 金 | ○ | ケチャップマーボー豆腐 ブロッコリーサラダ 清美オレンジ | 木綿豆腐 豚ひき肉 長ねぎ たまねぎ おろししょうが おろしにんにく サラダ油 上白糖 こいくちしょうゆ ケチャップ 片栗粉 りょくとうもやし キャベツ ブロッコリー かにかま コーン いりごま うすくちしょうゆ 穀物酢 | ポテト煮 牛乳 | 五平餅 ごはん 上白糖 みそ 白すりごま 本みりん 牛乳 | 372kcal 16.5g | 21.0g 1.3g |
| 27 月 | ○ | さわらのみそ焼き 新たまねぎのかき揚げ 切干大根のすまし汁 | さわら みそ 本みりん 上白糖 サラダ油 ちりめんじゃこ 新たまねぎ にんじん 長ねぎ 小麦粉 サラダ油 えのき 切干しだいこん こまつな 長ねぎ にんじん たまねぎ うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 食塩 | ヨーグルト 麦茶 | 豆乳蒸しパン 薄力粉 ベーキングパウダー 上白糖 サラダ油 調製豆乳 牛乳 | 374kcal 19.4g | 18.8g 1.4g |
| 28 火 | × | たけのこごはん 春彩サラダ 豆腐とわかめすまし汁 | 精白米 水 たけのこ 鶏肉ももこま肉 にんじん 油揚げ 上白糖 食塩 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 鶏ささみ水煮フレーク スナップイドリ キャベツ にんじん 新たまねぎ こいくちしょうゆ かつお節 マヨネーズ風ドレッシング 木綿豆腐 わかめ にんじん 長ねぎ えのき 料理酒 うすくちしょうゆ かつお・昆布だし | カルシウムウエハース 牛乳 | ケーキ 未満児：ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳 麦茶 | 439kcal 14.9g | 16.4g 1.4g |
| 30 木 | ○ | 鮭のコーンマヨ焼き キャベツツナサラダ ミネストローネ | さけ 食塩 こしょう サラダ油 マヨネーズ風ドレッシング コーンペースト キャベツ ツナ水煮 りょくとうもやし にんじん オリーブ油 穀物酢 うすくちしょうゆ 上白糖 食塩 豚ベーコン たまねぎ にんじん じゃが芋 トマト水煮 ABCマカロニ キャベツ 食塩 コンソメ | バナナ 牛乳 | みたらしじゃが芋もち じゃが芋 食塩 片栗粉 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん 水 牛乳 | 350kcal 13.5g | 19.9g 2.0g |

☆材料、行事の都合により変更する場合があります☆

今月の平均栄養成分 エネルギー 398kcal、たんぱく質 18.4g、脂質 15.2g、食塩 1.7g
今月の栄養目標成分 エネルギー 404kcal、たんぱく質 20.2g、脂質 18.2g、食塩 1.5g