



令和8年度 4月 幼児食献立表

今月の目標:旬の食材を味わおう

こども園つわぶきえん

*はセンター調理、○は園での調理です。

※混合果汁の成分→かつお、さば、いわしの削り節

月	13	27	火	28	水	15	木	2	16	30	金	8	17	土	4	18
13	<p>*あじしそカツ</p> <p>あじ せいそ パン粉 小麦粉 塩</p> <p>*五目豆</p> <p>大豆水煮 枝豆 こんにゃく 人参 ごぼう 昆布 砂糖 しょう油 かつおだし</p> <p>○ほうれん草おかか和え</p> <p>ほうれん草 太もやし かつお節 みりん だし(昆布・混合果汁) しょう油</p> <p>○味噌汁</p> <p>麩 ねぎ 新玉ねぎ 人参 だし(昆布・混合果汁) ごうじ味噌</p> <p>○ブルーシロクッキー</p> <p>小麦粉 砂糖 牛乳 油 ブルーン ベーキングパウダー</p> <p>・牛乳</p>	<p>*家畜豆腐</p> <p>角巻げ 豚肉 人参 ピーマン 生姜 しょう油 かつおだし 砂糖</p> <p>*春巻き</p> <p>キャベツ 玉ねぎ 豚肉 春巻 人参 ねぎ 生姜 ひじき 小麦粉 みりん 砂糖 しょう油 塩 オイスターソース 卵</p> <p>○南瓜とひじきのサラダ</p> <p>南瓜 ひじき きゅうり 砂糖 しょう油 ごま油</p> <p>○けんちん汁</p> <p>豚肉 しいたけ 豆腐 ねぎ 豆乳 人参 だし(昆布・混合果汁) みりん しょう油 塩</p> <p>○オレンジ</p> <p>・ルヴァンクワシカル</p> <p>・牛乳</p>	<p>○チキンカレー</p> <p>鶏肉 人参 新玉ねぎ じゃがいも カレーパウダー トマト粉 緑豆(カレー カラー粉)</p> <p>○春野菜サラダ</p> <p>春キャベツ パプリカ スナップエンドウ コーン缶 新玉ねぎ ウインナー 甘酢 豆乳 米油</p> <p>★スプーン 持参してください</p>  <p>○お粥(粥)</p> <p>粥 きな粉 砂糖 無塩バター</p> <p>・牛乳</p>	<p>*麻婆茄子</p> <p>豚ミンチ れんこん 人参 揚げ茄子 ねぎ にんにく 生姜 砂糖 赤みそ しょう油 片栗粉</p> <p>*焼き目つき餃子</p> <p>豚肉 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ にら 生姜 砂糖 小麦粉 大豆粉 しょう油 塩</p> <p>○アスパラベーコン炒め</p> <p>アスパラガス ベーコン エリンギ しょう油 みりん 米油</p> <p>○春雨スープ</p> <p>春雨 さくらげ 太もやし カニカマ いりごま 鶏がらだし ごま油</p> <p>○ジャムサンド</p> <p>食パン いちごジャム</p> <p>・ジュア</p>	<p>*赤魚西京焼き</p> <p>赤魚 米味噌 水あめ しょう油 砂糖 塩 だし(昆布・混合果汁)</p> <p>*碧竹魚</p> <p>たけのこ わかめ 人参 しょう油 かつおだし 砂糖</p> <p>○キャベツ塩昆布和え</p> <p>キャベツ ツナ缶 塩昆布 甘酢 しょう油 ごま油</p> <p>○味噌汁</p> <p>じゃがいも 切干大根 油揚げ 小松菜 だし(昆布・混合果汁) ごうじ味噌</p> <p>○ココア蒸しパン</p> <p>ホットケーキミックス ココア 卵 牛乳</p> <p>・牛乳</p>	<p>○肉うどん</p> <p>うどん 豚肉 玉ねぎ えのき 人参 キャベツ だし(昆布・混合果汁) しょう油 みりん</p> <p>○きゅうりの中華サラダ</p> <p>きゅうり 人参 ハム もやし 特製ごま 鶏がらだし 甘酢 ごま油</p> <p>・原っぱの焼き</p> <p>・牛乳</p> <p>土 11 25</p> <p>○ナポリタン</p> <p>スパゲティ 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ウインナー ケチャップ オリーブ油 鶏がらだし</p> <p>○野菜スープ</p> <p>レタス 人参 さきみ 玉ねぎ 鶏がらだし</p> <p>・雪の窟</p> <p>・牛乳</p>										
20	<p>*肉じゃが</p> <p>牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 砂糖 かつおだし しょう油</p> <p>*魚介ナゲット</p> <p>たらちね いか あじ いわし たら 砂糖 生姜 塩 小麦粉 大豆粉 油</p> <p>○チンゲン菜ナムル</p> <p>チンゲン菜 太もやし 鶏がらだし 甘酢 ごま油</p> <p>○果汁</p> <p>豚肉 こんにゃく 人参 ねぎ ごぼう 大根 だし(昆布・混合果汁) ごうじ味噌</p> <p>○シュガートースト</p> <p>食パン 新玉ねぎ グラニュー糖</p> <p>・牛乳</p>	<p>*さばの味噌揚げ</p> <p>さば しょう油 青のり 片栗粉 油</p> <p>*マカロニサラダ</p> <p>マカロニ きゅうり 人参 ハム オリーブ油 甘酢</p> <p>○ブロッコリーソテー</p> <p>ブロッコリー キャベツ パプリカ みりん しょう油 米油</p> <p>○おまし汁</p> <p>たけのこ かぶ 新玉ねぎ かまぼこ だし(昆布・混合果汁) 塩 みりん しょう油</p> <p>・バナナ</p> <p>・おにぎりせんべい</p> <p>・牛乳</p>	<p>○ハヤシシチュー</p> <p>豚肉 人参 新玉ねぎ じゃがいも しめじ トマト缶 ハヤシシチュー パター</p> <p>○春雨サラダ</p> <p>春雨 レタス きゅうり 太もやし ハム ほうれん草 しょう油 ごま油 甘酢</p> <p>★スプーン 持参してください</p>  <p>○お粥(粥)</p> <p>粥 きな粉 砂糖 無塩バター</p> <p>・牛乳</p>	<p>*いわし和製煮</p> <p>いわし 砂糖 しょう油 みりん しょう油 だし(昆布・混合果汁)</p> <p>*千切り大根煮</p> <p>切干大根 人参 豚肉 納豆 かつおだし 砂糖 しょう油</p> <p>○小松菜とわかめの甘酢和え</p> <p>小松菜 わかめ えのき 甘酢 だし(昆布・混合果汁) しょう油 みりん ごま油</p> <p>○味噌汁</p> <p>豆腐 人参 ねぎ 油揚げ だし(昆布・混合果汁) ごうじ味噌</p> <p>○海苔チーズクラッカー</p> <p>小麦粉 粉チーズ 塩 青のり 卵 ベーキングパウダー</p> <p>・ジュア</p>	<p>*から揚げ</p> <p>鶏もも肉 しょう油 片栗粉 塩</p> <p>*トマト煮</p> <p>じゃがいも 玉ねぎ 大豆ミート えだまめ ダイストマト 人参 ケチャップ コンソメ しょう油 砂糖</p> <p>○三度豆オイスター炒め</p> <p>三度豆 豚肉 オイスターソース みりん 米油</p> <p>○わかめスープ</p> <p>わかめ 新玉ねぎ レタス いりごま 鶏がらだし</p> <p>○りんごケーキ</p> <p>ホットケーキミックス りんご 牛乳 無塩バター</p> <p>・牛乳</p>	<p>○揚げ焼きハンバーグ</p> <p>豚ミンチ 豚ミンチ 新玉ねぎ しょう油 砂糖</p> <p>○ポテトサラダ</p> <p>じゃがいも ツナ缶 レタス 人参 コーン缶 豆乳 米油 甘酢</p> <p>○真山味噌汁</p> <p>新玉ねぎ ごぼう 人参 しめじ 豆腐 だし(昆布・混合果汁) ごうじ味噌</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>14日</p> <p>きりん・おいおん たんぽぽ組</p> <p>幼児部 お弁当の日</p> </div> <p>・牛乳</p>										

入園、進級おめでとうございます

元気に過ごすために規則正しい生活リズムを心がけましょう!!

- 🌞 早寝、早起きを心がけましょう**
十分な睡眠は「体の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。
- 🌞 朝ごはんをきちんと食べましょう**
朝ごはんを食べることで体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よくかんで、しっかり食べましょう。
- 🌞 朝、家で排便をしましょう**
朝ごはんを食べると腸の働きが活発になり、便が出やすくなります。便は健康のバロメーターです。便の状態はその日の健康観察をしましょう。

わたしたちが給食を作ります

- 広瀬元佳 (調理師)
- 大野先生 (栄養士)
- 山崎先生 (栄養士)
- 栗田先生 (調理補助)
- 黒田先生 (調理師)

ようしくお付き合いします

