

令和8年4月献立予定表

令和8年4月1日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子を整える	おやつ	エネルギー
1	水	ごはん 麻婆豆腐 チョレギサラダ 牛乳	豆腐 合挽肉 味噌 わかめ 牛乳	白米 片栗粉 ごま油 ごま ミックス粉 砂糖	玉ねぎ 人参 にら 生姜 キャベツ きゅうり にんにく かぼちゃ	かぼちゃ蒸しパン	578
2	木	麦ごはん 豚肉の生姜焼き ブロッコリーサラダ グレープゼリー	豚こま肉 アガー 錦糸卵	白米 押麦 コーン マヨネーズ 砂糖	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ ぶどうジュース	卵おにぎり	600
3	金	ごはん タンドリーチキン 野菜のドレッシング和え トマトスープ	鶏もも肉 ヨーグルト ウィナー 牛乳 卵	白米 カレー粉 砂糖 オリーブ油 ミックス粉 バター	ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり トマト缶 玉ねぎ えのき パセリ	マドレーヌ	528
4	土	クリームスパゲティ コンソメスープ	ベーコン 牛乳	スパゲティ 油 クリームシチュールウ バター	玉ねぎ しめじ えのき しいたけ 小松菜 キャベツ 人参 小ねぎ	おかし	377
6	月	雑穀ごはん 魚の竜田揚げ 菜種和え すまし汁	魚 錦糸卵 豆腐	白米 雑穀米 片栗粉 油 砂糖 ごま ごま油	生姜 ほうれん草 キャベツ 人参 玉ねぎ 小ねぎ 高菜漬け	高菜おにぎり	500
7	火	麦ごはん 鶏肉の唐揚げ 野菜のナムル わかめスープ (入園を祝う会)	鶏もも肉 わかめ	白米 押麦 ごま油 薄力粉 片栗粉 砂糖 コーンフレーク バター マシュマロ	にんにく 生姜 もやし 人参 小松菜 玉ねぎ	コーンフレークバー	590
8	水	豚丼 人参サラダ すまし汁 (始業式)	豚こま肉 ツナ	白米 砂糖 ごま コーン オリーブ油	玉ねぎ 人参 にんにく 長ねぎ きゅうり 小松菜 えのき ゆかり	ゆかりおにぎり	541
9	木	ごはん 鶏肉の胡麻味噌焼き 大根の梅おかか和え かきたま汁	鶏もも肉 味噌 かつお節 卵 わかめ 牛乳 チーズ	白米 薄力粉 オリーブ油 砂糖 ミックス粉	生姜 大根 きゅうり 人参 ねり梅 玉ねぎ 小ねぎ ケチャップ	ピザ蒸しパン	566
10	金	お弁当デー	ツナ	白米 マヨネーズ		ツナマヨおにぎり	168
11	土	焼きうどん 味噌汁	豚こま肉 味噌 油揚げ かつお節	うどん 里芋	キャベツ 玉ねぎ 人参 小ねぎ	おかし	324
13	月	麦ごはん チキンカツ コールスローサラダ 味噌汁	鶏ささみ 味噌 油揚げ 牛乳 卵	白米 押麦 薄力粉 パン粉 油 マヨネーズ コーン 里芋 ミックス粉 バター 砂糖 チョコチップ	ケチャップ キャベツ きゅうり 人参 大根 小ねぎ	チョコチップスコーン	597
14	火	ごはん 魚のしょうゆバター焼き 大根の和風サラダ コーンスープ	魚 かつお節 牛乳 ひじき 油揚げ	白米 バター クリームコーン	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ	ひじきと油揚げの おにぎり	618
15	水	ごはん スパニッシュオムレツ さっぱりごぼうサラダ 野菜スープ	卵 牛乳 ベーコン チーズ ハム じゃこ	白米 じゃがいも 砂糖 オリーブ油 淡雪麩 バター	ほうれん草 人参 ケチャップ ごぼう きゅうり キャベツ 玉ねぎ えのき	麩のラスク	513
16	木	雑穀ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 ポパイサラダ 牛乳	鶏こま肉 かまぼこ じゃこ 牛乳 塩昆布	白米 雑穀米 こんにゃく マヨネーズ	れんこん ごぼう 人参 ほうれん草 キャベツ	塩昆布おにぎり	608
17	金	わかめおかか御飯 豚汁 野菜の梅肉和え	わかめ かつお節 豚こま肉 味噌 牛乳	白米 里芋 こんにゃく ミックス粉	大根 玉ねぎ ごぼう 人参 長ねぎ 干椎茸 もやし きゅうり ねり梅	ココア蒸しパン	528
18	土	ジャージャー麺風 卵スープ	豚ひき肉 味噌 卵	中華麺 片栗粉	長ねぎ たけのこ 生姜 玉ねぎ えのき チンゲン菜	おかし	386
20	月	ごはん 鶏肉のオニオントマト煮 野菜とチーズのサラダ 牛乳	鶏もも肉 チーズ 牛乳 かつお節	白米 オリーブ油	玉ねぎ しめじ トマトピューレ トマト缶 ケチャップ キャベツ きゅうり 人参 枝豆	枝豆おかか おにぎり	560
21	火	たけのこ御飯 野菜のごま和え 味噌汁	鶏こま肉 油揚げ 味噌 わかめ ツナ 牛乳	白米 ごま 里芋 ミックス粉 マヨネーズ	たけのこ 人参 キャベツ もやし 小ねぎ	ツナパン	502
22	水	麦ごはん 厚揚げのミートソース煮 野菜のフレンチ和え 牛乳	厚揚げ 合挽肉 牛乳 わかめ	白米 押麦 オリーブ油	玉ねぎ ケチャップ トマトピューレ キャベツ きゅうり 人参	わかめおにぎり	541
23	木	ごはん すき焼き風煮 みかんサラダ 牛乳	牛こま肉 豆腐 牛乳	白米 はるさめ ミックス粉 砂糖 コーンフレーク バター	白菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ きゅうり みかん缶	シリアルクッキー	682
24	金	カレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト	豚こま肉 ヨーグルト かつお節	白米 じゃがいも カレールウ コーン 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ きゅうり パイン缶 もも缶 りんご缶 小松菜	青菜おにぎり	694
25	土	親子丼 野菜のゆかり和え	鶏こま肉 卵	白米 砂糖	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ キャベツ きゅうり ゆかり	おかし	378
27	月	ごはん 八宝菜風 野菜の中華風梅和え 牛乳	豚こま肉 かまぼこ 牛乳	白米 ごま油 砂糖 ミックス粉	白菜 玉ねぎ たけのこ 人参 チンゲン菜 干椎茸 ブロッコリー ねり梅 いちご いちごジャム レモン汁	いちごジャム 蒸しパン	589
28	火	ごはん ミートローフ もぐもぐゴンポー 豆乳スープ	合挽肉 豆腐 ハム じゃこ 豆乳 ベーコン 焼のり	白米 コーン マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ ごぼう きゅうり ブロッコリー	のり巻きおにぎり	690
29	水	(祝)昭和の日					
30	木	鮭の混ぜごはん のっぺい汁 ブロッコリーとじゃこの和え物	鮭フレーク 鶏こま肉 じゃこ 油揚げ	白米 ごま 里芋 こんにゃく 片栗粉 砂糖	小松菜 大根 ごぼう 人参 干椎茸 小ねぎ ブロッコリー キャベツ	きつねおにぎり	517

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。

『園の献立について』

園のランチ、おやつは厨房スタッフがたてた献立となっています。1日の必要な栄養量の概ね半分近くを取ることができるように考えています。

セミバイキング方式を取っているため、1人ひとり食べる量が異なります。園で食事を摂っていても、鉄やカルシウムなど補いきれない栄養素もある為、ご家庭でも心がけて摂取する事をお勧めします。ご不明な点等ありましたら、お気軽にお声掛け下さい。

『お弁当デー』

今月4月10日(金)は『お弁当デー』になります。お弁当・水筒・おはしの用意をお願いします。0・1歳児さんはスプーン・フォーク・お茶を園で用意します。

『厨房スタッフ紹介』

☆栄養士 中村 みき ☆調理師 園村 なな・工藤 ゆうま ☆調理補助 池亀 さやか