



令和8年4月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価	
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの		
2 木	20 月	昼食	ご飯 味噌汁 ミートボール さつまいもサラダ フルーツカクテル缶	米 さつまいも	ミートボール 魚肉ソーセージ	大根 人参 きゅうり 人参 フルーツカクテル缶	エネルギー526kCal たんぱく質 13.1g 脂 質 9.0g カルシウム 77mg 食塩相当量 2.2g
		午後おやつ	麦茶 やわらかおかき	やわらかおかき			
3 金		昼食	こどもパン クリームシチュー 春雨サラダ 洋梨缶	こどもパン はるさめ	牛乳 ウインナー	たまねぎ 人参 きゅうり 洋梨缶	エネルギー271kCal たんぱく質 6.3g 脂 質 9.2g カルシウム 63mg 食塩相当量 1.2g
		午後おやつ	麦茶 お祝いゼリー			ゼリー	
6 月	16 木	昼食	ご飯 中華スープ シュウマイ きゅうりとささみの中華サラダ 黄桃缶	米	シュウマイ 鶏ささみ	コーン わかめ きゅうり コーン 黄桃缶	エネルギー591kCal たんぱく質 19.2g 脂 質 12.5g カルシウム 192mg 食塩相当量 1.9g
		午後おやつ	牛乳 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳		
7 火	27 月	昼食	ゆかりご飯 味噌汁 魚の照り焼き 豆腐の煮物 パイン缶	米	じゃがいも 赤魚 絹ごし豆腐 さつま揚げ	あさつき 人参 しいたけ いんげん パイン缶	エネルギー 458kCal たんぱく質 21.4g 脂 質 11.4g カルシウム210mg 食塩相当量 2.1g
		午後おやつ	牛乳 シュークリーム(いちご)	シュークリーム	牛乳		
8 水	24 金	昼食	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草とツナの和え物 みかん缶	米	卵 豚肉 ツナ	もやし たまねぎ ほうれん草 にんじん	エネルギー 513kCal たんぱく質 20.8g 脂 質 17.7g カルシウム 207mg 食塩相当量 1.3g
		午後おやつ	牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳		
9 木	26 木	昼食	肉みそうどん すまし汁 キャベツとちくわのサラダ リンゴ	うどん	豚ひき肉 ちくわ	玉ねぎ にんじん しいたけ ピーマン えのき かぶ きゃべつ りんご	エネルギー 422kCal たんぱく質 12.3g 脂 質 6.5g カルシウム 49mg 食塩相当量 1.6g
		午後おやつ	麦茶 焼きおにぎり	焼きおにぎり			
10 金	21 火	昼食	ハヤシライス メンチカツ ブロッコリーサラダ バナナ	米	豚肉 メンチカツ ベーコン	玉ねぎ マッシュルーム ブロッコリー人参 コーン バナナ	エネルギー 587kCal たんぱく質 23.8g 脂 質 22.3g カルシウム 219mg 食塩相当量 2.5g
		午後おやつ	牛乳 バニラババロア	バニラババロア	牛乳		
13 月	30 木	昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のカレー焼き 小松菜の胡麻和え 白桃缶	米	鶏肉 ハム	人参 白菜 小松菜 にんじん 白桃缶	エネルギー 472kCal たんぱく質 19.5g 脂 質 14.6g カルシウム 220mg 食塩相当量 1.1g
		午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ	ソフトクレープ	牛乳		
14 火	23 木	昼食	ふりかけご飯 味噌汁 サケの塩焼き 切り干し大根の煮物 リンゴ缶	米 麩	鮭 油揚げ	玉ねぎ 切干大根 いんげん にんじん リンゴ缶	エネルギー 486kCal たんぱく質 20.0g 脂 質 4.6g カルシウム 77mg 食塩相当量 2.0g
		午後おやつ	麦茶 やわらかおかき	やわらかおかき			
15 水		昼食	醤油ラーメン 餃子 小松菜の胡麻和え カットゼリー	ラーメン ごま	豚肉 餃子 ちくわ	もやし 人参 小松菜 にんじん サイダーゼリー	エネルギー 563kCal たんぱく質 19.2g 脂 質 16.3g カルシウム 252mg 食塩相当量 2.4g
		午後おやつ	牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳		
17 金	28 火	昼食	豚丼 味噌汁 マカロニサラダ オレンジ	米 マカロニ	豚肉 油揚げ ハム	ねぎ にんじん 玉ねぎ なめこ きゅうり にんじん オレンジ	エネルギー 617kCal たんぱく質 18.7g 脂 質 26.4g カルシウム 68mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	野菜ジュース やわらかサブレ	やわらかサブレ		野菜ジュース	
22 水	☆ お誕生 日給食 ☆	昼食	ミートスパゲティ コンソメスープ かぼちゃのサラダ マスカットゼリー	スパゲティ	豚ひき肉 ハム	玉ねぎ 人参 コーン 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり マスカットゼリー	エネルギー 573kCal たんぱく質 21.0g 脂 質 16.2g カルシウム 307mg 食塩相当量 1.9g
		午後おやつ	ジョア ケーキ		ジョア ケーキ		

※おやつ 4月25日(金)たべっこどうぶつ 29日(水)ベジたべる

※マヨネーズは、たまご・乳不使用タイプになります。

