

がつ きゅうしょくんでてひょう
4月 給食献立表

2025年

星ヶ丘にじ保育園

	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(○は午後おやつ) 調味料			
1火	御飯 たらの煮付け ほうれん草のソテー 豆腐のみそ汁 オレンジ	535.9(426.4) 22.1(17.6) 15.1(12.1) 1.8(1.4)	米 砂糖 木綿豆腐 ○砂糖	たら 米みそ ○牛乳	ほうれんそうもやし コーン にんじん たまねぎ オレンジ ○粉かんでん	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 中華だしの素 ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 ココア プリン	
2水	御飯 八宝菜 大根の煮物 菜花のすまし汁 いちご	541.1(432.3) 15.9(12.7) 11.6(9.2) 1.6(1.3)	米 片栗粉 油 砂糖 ○ホットケーキ粉 ○油	鶏もも肉 ちくわ ○牛乳	はくさいしょうが たまねぎ なら エリンギ だいこん にんじん なばな いちご ○バナナ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 バナナ ケーキ	
3木	御飯 鮭のコーンソテー にんじんサラダ 白菜スープ もも缶	528.5(422.7) 23.4(18.7) 12.5(10.0) 1.3(1.0)	米 砂糖 油 ○さつまいも ○砂糖	さけ ○牛乳	コーン にんじん きゅうり はくさい だいこん もも缶(黄桃)	酢 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 さつまいも の茶巾絞り	
4金	パンズ ハンバーグ ポテトサラダ チンゲン菜のスープ りんご	535.9(419.6) 20.6(16.0) 18.1(13.9) 1.9(1.5)	パンズ 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ ○米	豚ひき肉 ○牛乳 ○かつお節	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ りんご	ケチャップ コンソメ 食塩 ○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 おほか おにぎり	
5土	入園式のため 給食なし		○スナック	○牛乳			牛乳 スナック	牛乳 スナック	入園式
7月	御飯 さばのタンドリー焼き ツナサラダ もずくスープ 洋なし缶	548.5(438.8) 23.4(18.7) 14.8(11.8) 0.9(0.7)	米○砂糖	さば ツナ水煮缶 ○牛乳○こしあん	しょうが にんにく だいこん キャベツ もずく たまねぎ 洋なし缶 ○粉かんでん	ケチャップ イタリアンドレッシング コンソメしょうゆ 食塩 カレー粉	牛乳 スナック	牛乳 水ようかん	
8火	キッズビビンバ 甘辛ポテト もやしのスープ パイン缶	562.4(449.9) 18.2(14.6) 12.9(10.3) 2.3(1.9)	米 砂糖 ごま油 さつまいも ○米粉○白玉粉 ○砂糖	豚ひき肉 米みそ ○牛乳 ○木綿豆腐	にんじん ほうれんそう コーン だいこん ねぎ にんにくしょうが もやし たまねぎ パイン缶	しょうゆ 中華だしの素 みりん コンソメ 食塩 ○しょうゆ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 みたらし 団子	
9水	御飯 ホキの西京焼き 野菜炒め 若竹汁 りんご	504.4(403.2) 18.4(14.7) 7.0(5.6) 1.8(1.4)	米 砂糖 砂糖 油 ○砂糖	ホキ 白みそ ○牛乳	キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ カットわかめ りんご ○洋なし缶○パイン缶 ○粉かんでん	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ポンチ	
10木	食パン 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ コーンスープ もも缶	539.9(422.7) 26.4(20.6) 18.6(14.3) 2.4(1.9)	食パン マヨネーズ 砂糖 ○焼きそばめん ○ごま油	鶏もも肉 ハム ○牛乳 ○豚肉(もも)	マーマレード ひじき にんじん たまねぎ キャベツ クリームコーン もも缶(黄桃) ○にんじん○こまつな	コンソメしょうゆ 食塩 ○中華だしの素 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 塩焼きそば	
11金	御飯 豆腐のチャンプルー マロニーのお浸し 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	563.8(451.0) 20.8(16.6) 21.2(17.0) 1.6(1.3)	米 砂糖 油 マロニー ごま油 ○じゃがいも○油	木綿豆腐 豚肉(もも) 鶏ささ身 米みそ ○牛乳	チンゲンサイ たまねぎ きゅうり 切り干しだいこん にんじん オレンジ	かつお・昆布だし汁 めんつゆ しょうゆ 酢 食塩 ○コンソメ	牛乳 スナック	牛乳 フライド ポテト	
12土	煮込みうどん キャベツのおかか和え 洋なし缶	508.0(406.4) 21.2(17.0) 8.7(7.0) 2.5(2.0)	うどん 砂糖 ○スナック	鶏もも肉 かつお節 ○牛乳	にんじん ほうれんそう しいたけ キャベツ 洋なし缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますのでご了承下さい

●何かお気づきの点がございましたら担任にお伝え下さい

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せて園で精米しています 基本的に水曜日と金曜日は七分づきにしています

☆3月21日(月)おやつははぞう組とくま組のワールドトリップの活動にちなみ、モザンビーク料理の「シャモッサ」(カレーサモサ)です



	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未測定	材 料 名 (○は午後おやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
14月	御飯 マーボー豆腐 さつまいもサラダ ポパイスープ パイン缶	574.2(442.1) 20.3(16.0) 17.5(13.9) 2.3(1.9)	米 砂糖 片栗粉 油 さつまいも ○食パン○砂糖 ○コーンスターチ	木綿豆腐 豚ひき肉 米みそ ○牛乳 ○加糖練乳	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ねぎ ブロッコリー コーン ほうれんそう もやし パイン缶	しょうゆ マヨネーズ 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ミルク サンド	
15火	カレーライス キャベツの甘酢あえ おくらスープ ゼリー	575.1(443.0) 16.8(13.2) 19.1(15.2) 1.8(1.4)	米 じゃがいも 砂糖 油 ゼリー ○ホットケーキ粉 ○砂糖○油	鶏もも肉 ちくわ ○牛乳 ○木綿豆腐	たまねぎ にんにく ピーマン にんにく しょうが キャベツ コーン オクラ	カレールー 酢 コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ドーナツ	お誕生日会
16水	御飯 さわらの香り焼き 白菜の煮浸し 小松菜のみそ汁 もも缶	510.2(408.1) 20.2(16.2) 8.0(6.4) 1.8(1.4)	米 砂糖 ○砂糖	さわら 米みそ 油揚げ ○牛乳	にんにく しょうが はくさい にんにく こまつな たまねぎ もも缶(黄桃) ○りんご濃縮果汁 ○粉かんでん	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	牛乳 スナック	牛乳 りんご ゼリー	
17木	ロールパン トマトスパゲティ ブロッコリーのサラダ 田舎スープ 洋なし缶	569.6(455.6) 19.2(15.4) 21.0(16.8) 2.2(1.8)	ロールパン スパゲティ油 砂糖 マヨネーズ ○米粉○砂糖 ○ごま油	ベーコン ○牛乳 ○豚ひき肉 ○しらす干し	たまねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん しめじ 洋なし缶 ○コーン○にら	ケチャップ コンソメ 食塩 ○しょうゆ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 チヂミ	
18金	御飯 銀ひらすのムニエル じゃがいもソテー わかめのすまし汁 りんご	554.0(437.6) 20.7(15.8) 18.4(14.4) 1.5(1.2)	米 米粉 じゃがいも 油 ○米粉○白玉粉 ○油	銀ひらす ○牛乳 ○粉チーズ	パセリ粉 にんにく にんじん だいこん カットわかめ りんご	しょうゆ かつお・昆布だし汁 中華だしの素 食塩 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 もちもち チーズ パン	
19土	そぼろ丼 にらスープ オレンジ	512.2(409.7) 18.3(14.7) 11.8(9.5) 1.8(1.4)	米 砂糖 油 スナック	鶏ひき肉 ○牛乳	にんじん はくさい たまねぎ 干しいたけ にら オレンジ	しょうゆ 中華だしの素 酒 みりん 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
21月	たけのご御飯 高野豆腐の煮物 具だくさんみそ汁 パイン缶	557.5(445.9) 16.9(13.5) 15.4(12.3) 2.1(1.7)	米 砂糖 油 さつまいも 板こんにやく ○春巻きの皮○油 ○じゃがいも	油揚げ 豚肉(もも) 高野豆腐 米みそ ○牛乳 ○豚ひき肉	たけのこ にんじん みつば しいたけ ひじき たまねぎ ごぼう パイン缶○たまねぎ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 酒 みりん 食塩 ○カレー粉 ○中華だしの素	牛乳 スナック	牛乳 シャモツサ	ワールド トリップ ぞう組 くま組
22火	五目うどん 切り干し大根サラダ りんご	539.0(431.3) 20.6(16.5) 9.6(7.7) 1.6(1.3)	うどん マヨネーズ 砂糖 ○黒砂糖○米粉 ○砂糖	鶏もも肉 ちくわ ツナ水煮缶 ○牛乳	にんじん たまねぎ 切り干しだいこん ねぎ りんご	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	牛乳 スナック	牛乳 黒糖 ういろう	
23水	御飯 鮭の竜田揚げ 納豆和え かぶのすまし汁 もも缶	524.4(419.5) 24.2(19.3) 18.1(14.5) 1.5(1.2)	米 油 片栗粉 マヨネーズ	さけ 挽きわり納豆 ○牛乳 ○ヨーグルト	しょうが ほうれんそう にんじん たまねぎ かぶ かぶ葉 もも缶(黄桃) ○洋なし缶○パイン缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ヨーグルト	
24木	食パン クリームシチュー 春雨サラダ オレンジ	557.1(441.6) 21.2(16.8) 16.3(12.8) 1.7(1.3)	食パン 油 じゃがいも 米粉 はるさめ 砂糖 ごま油 ○米○もち米 ○砂糖○ごま	豚肉(もも) 牛乳 無塩バター 鶏ささ身 ○牛乳 ○米みそ	たまねぎ にんじん きゅうり オレンジ	酢 コンソメ こしょう しょうゆ 食塩 ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 五平餅	
25金	ゆかり御飯 さばの塩焼き きんぴらごぼう みつばのみそ汁 洋なし缶	562.3(441.4) 20.1(15.2) 18.3(14.0) 2.0(1.6)	米 糸こんにやく ごま油 砂糖 ○玄米フレーク ○コーンフレーク ○マシュマロ	さば 米みそ ○牛乳 ○無塩バター	ごぼう にんじん みつば だいこん 洋なし缶	しそふりかけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 食塩	牛乳 スナック	牛乳 玄米 フレーク スナック	
26土	ツナスパゲティ オニオンスープ パイン缶	512.1(409.7) 20.1(16.1) 10.9(8.7) 1.4(1.1)	スパゲティ 油 ○スナック	ツナ水煮缶 ○牛乳	にんじん たまねぎ こまつな パイン缶	コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
28月	ロールパン 焼きそば チキンバーグ さつまいもスープ もも缶	580.5(455.2) 22.6(17.6) 20.8(16.1) 1.8(1.4)	ロールパン 焼きそばめん さつまいも 片栗粉 油 ○米粉○白玉粉 ○砂糖○油	豚肉(もも) かつお節 鶏ひき肉 ○牛乳 ○絹ごし豆腐	にんじん キャベツ チンゲンサイ あおのり ひじき たまねぎ もも缶(黄桃)	お好み焼きソース コンソメ 中華だしの素 食塩 ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 焼き ココアもち	
29火	昭和の日								
30水	御飯 ホキの和風ムニエル かぼちゃのそぼろあん 高野豆腐のみそ汁 パイン缶	554.4(443.3) 21.9(17.5) 10.7(8.6) 1.3(1.1)	米 米粉 片栗粉 砂糖 ○砂糖	ホキ 無塩バター 鶏ひき肉 米みそ 高野豆腐 ○牛乳	かぼちゃ ごぼうたまねぎ パイン缶 ○粉かんでん ○洋なし缶 ○もも缶(黄桃)	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 杏仁豆腐	