

4月給食献立表(完了食)

令和7年4月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5
昼食		ごはん 肉みぞれんこん 五色和え すまし汁 フルーツ	和風スパゲッティー 豚肉煮 茹でアスパラ スープ フルーツ	ごはん 鶏肉の照り煮 ポテトサラダ みそ汁 ヨーグルト	豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	ブロッコリーとツナの Pasta ナムル スープ フルーツ
午後のおやつ		ヨーグルト 麦茶	キンパ風混ぜご飯 麦茶	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	お菓子 麦茶
食材		米、豚肉、れんこん、万能ねぎ、大根、人参、ハム、コーン、ほうれん草、もやし、えのき	ベーコン、玉葱、椎茸、まいたけ、豚肉、スパゲッティ、小松菜、アスパラ	米、鶏肉、玉葱、じゃが芋、きゅうり、人参、絹豆腐、なめこ	米、豚肉、人参、玉葱、チーズ、ブロッコリー、ほうれん草、葱	スパゲッティ、ブロッコリー、ツナ、もやし、人参、ほうれん草、キャベツ

日付	7	8	9	10	11	12
昼食	ごはん 鱈煮 きつね和え すまし汁 フルーツ	ごはん 鶏肉煮 切干大根煮 みそ汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 かぼちゃサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 豚肉煮 たたききゅうり スープ フルーツ	わかめごはん 鮭煮 ごま和え みそ汁 ゼリー	ちゃんぽんうどん 鶏肉煮 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	焼きいも 牛乳	青のりおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米、鱈、小松菜、もやし、人参、油揚げ、絹豆腐	米、鶏肉、切干大根、人参、しらたき、絹さや、えのき、わかめ	食パン、鶏肉、かぼちゃ、ベーコン、玉葱、キャベツ	米、豚肉、ピーマン、人参、玉葱、きゅうり、赤パプリカ、かぶ	米、わかめごはんの素、鮭、もやし、ほうれん草、人参、キャベツ	うどん、小松菜、椎茸、人参、もやし、キャベツ、豚肉、鶏肉

日付	14	15	16	17	18	19
昼食	ごはん 鶏肉煮 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	ごはん 豚肉煮 キャベツサラダ みそ汁 ヨーグルト	醤油ラーメン 鶏肉煮 コロコロサラダ フルーツ	ごはん 鱈煮 キャベツのコーン煮 みそ汁 フルーツ	カレーライス 海藻サラダ スープ ゼリー	ミートソーススパゲッティ 中華風ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	食パン 牛乳	お菓子 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、なめたけ、ほうれん草、人参、白菜、わかめ	米、豚肉、玉葱、コーン、人参、キャベツ、もやし、小松菜	中華麺、わかめ、コーン、鶏肉、トマト、きゅうり、竹輪	米、鱈、キャベツ、コーン、もやし	米、鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱、きゅうり、わかめ、ベーコン	玉葱、人参、豚ひき肉、スパゲッティ、じゃが芋、きゅうり、わかめ、かにかま、キャベツ、

日付	21	22	23	24	25	26
昼食	ごはん 鮭煮 すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 ごぼうサラダ みそ汁 ヨーグルト	ジャージャー麺 鶏肉煮 チョコレギサラダ風 スープ フルーツ	ごはん 豚肉煮 レタスサラダ スープ ゼリー	納豆ご飯 鮭煮 ひじき煮 みそ汁 フルーツ	タンメン キャベツとしらすの おかか和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶	お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鮭、コーン、刻み昆布、人参、しらたき、絹さや、えのき、万能ねぎ	米、豚肉、玉葱、木綿豆腐、万能ねぎ、ハム、きゅうり、ごぼう、人参、コーン、キャベツ	中華麺、きゅうり、豚ひき肉、鶏肉、わかめ、トマト、キャベツ	米、豚ひき肉、人参、黄パプリカ、赤パプリカ、レタス、玉葱、もやし	米、納豆、チーズ、青のり、鮭、ひじき、人参、竹輪、絹さや、しらたき、絹豆腐、小松菜	中華麺、豚ひき肉、もやし、人参、玉葱、きくらげ、葱、キャベツ、しらす

日付	28	29	30	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。 </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。 </div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。 </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。 </div>	
昼食	ごはん 鶏肉煮 いそ和え みそ汁 フルーツ	昭和の日			
午後のおやつ	お菓子 牛乳	おじや 麦茶			
食材	米、焼きのり、もやし、人参、ほうれん草、かぶ	うどん、鶏肉、ほうれん草、人参、葱、ミニトマト、竹輪			



4月給食献立表(後期食)

令和7年4月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5
昼食		軟飯 肉みぞれんこん 野菜和え すまし汁 フルーツ	和風スパゲッティー 豚肉煮 茹でアスパラ スープ フルーツ	軟飯 鶏肉の照り煮 ポテトサラダ みそ汁 ヨーグルト	軟飯/豚肉煮 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	ブロッコリーとツナの Pasta ナムル スープ フルーツ
午後のおやつ		ヨーグルト 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	お菓子 麦茶
食材		米、豚肉、れんこん、大根、人参、ほうれん草、もやし、えのき	玉葱、椎茸、まいたけ、豚肉、スパゲッティ、小松菜、アスパラ	米、鶏肉、玉葱、じゃが芋、きゅうり、人参、絹豆腐、なめこ	米、豚肉、人参、玉葱、ブロッコリー、ほうれん草、葱	スパゲッティ、ブロッコリー、ツナ、もやし、人参、ほうれん草、キャベツ

日付	7	8	9	10	11	12
昼食	軟飯 鱈煮 野菜和え すまし汁 フルーツ	軟飯 鶏肉煮 切干大根煮 みそ汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 かぼちゃサラダ スープ ヨーグルト	軟飯 豚肉煮 たたききゅうり スープ フルーツ	わかめごはん 鮭煮 ごま和え みそ汁 ゼリー	ちゃんぽんうどん 鶏肉煮 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	焼きいも 麦茶	青のりおじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鱈、小松菜、もやし、人参、絹豆腐	米、鶏肉、切干大根、人参、絹さや、えのき、わかめ	食パン、鶏肉、かぼちゃ、玉葱、キャベツ	米、豚肉、ピーマン、人参、玉葱、きゅうり、赤パプリカ、かぶ	米、わかめごはんの素、鮭、もやし、ほうれん草、人参、キャベツ	うどん、小松菜、椎茸、人参、もやし、キャベツ、豚肉、鶏肉

日付	14	15	16	17	18	19
昼食	軟飯 鶏肉煮 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	軟飯 豚肉煮 キャベツサラダ みそ汁 ヨーグルト	醤油ラーメン 鶏肉煮 コロコロサラダ フルーツ	軟飯 鱈煮 キャベツ煮 みそ汁 フルーツ	軟飯/肉じゃが 海藻サラダ スープ ゼリー	ミートソーススパゲッティ 中華風ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	食パン 麦茶	お菓子 麦茶	おかかおじや 麦茶	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、なめたけ、ほうれん草、人参、白菜、わかめ	米、豚肉、玉葱、人参、キャベツ、もやし、小松菜	中華麺、わかめ、鶏肉、トマト、きゅうり	米、鱈、キャベツ、もやし	米、鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱、きゅうり、わかめ	玉葱、人参、豚ひき肉、スパゲッティ、じゃが芋、きゅうり、わかめ、キャベツ

日付	21	22	23	24	25	26
昼食	軟飯 鮭煮 すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	軟飯 肉豆腐 ごぼうサラダ みそ汁 ヨーグルト	ジャージャー麺 鶏肉煮 チョコレートサラダ風 スープ フルーツ	軟飯 豚肉煮 レタスサラダ スープ ゼリー	軟飯/納豆 鮭煮 ひじき煮 みそ汁 フルーツ	タンメン キャベツとしらすの おかか和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鮭、刻み昆布、人参、絹さや、えのき	米、豚肉、玉葱、木綿豆腐、きゅうり、ごぼう、人参、キャベツ	中華麺、きゅうり、豚ひき肉、鶏肉、わかめ、トマト、キャベツ	米、豚ひき肉、人参、黄パプリカ、赤パプリカ、レタス、玉葱、もやし	米、納豆、青のり、鮭、ひじき、人参、絹さや、絹豆腐、小松菜	中華麺、豚ひき肉、もやし、人参、玉葱、きくらげ、葱、キャベツ、しらす

日付	28	29	30	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p>みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。</p> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。</p> </div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px;"> <p>きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。</p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px;"> <p>しろの栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。</p> </div>	
昼食	軟飯 鶏肉煮 いそ和え みそ汁 フルーツ	昭和の日		肉うどん トマト じゃが芋煮 ヨーグルト	
午後のおやつ	お菓子 麦茶				
食材	米、焼きのり、もやし、人参、ほうれん草、かぶ	うどん、鶏肉、ほうれん草、人参、葱、トマト			



4月給食献立表(中期食)

令和7年4月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5
昼食		おかゆ ささみ煮 野菜和え すまし汁 フルーツ	うどん ささみ煮 茹てアスパラ スープ フルーツ	おかゆ ささみ煮 ポテトサラダ みそ汁 ヨーグルト	おかゆ/鮭煮 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	うどん ナムル スープ フルーツ
午後のおやつ		ヨーグルト 麦茶	おかゆ 麦茶	お菓子 麦茶	パン粥 麦茶	お菓子 麦茶
食材		米、ささみ、大根、人 参、ほうれん草	玉葱、ささみ、うどん、 小松菜、アスパラ	米、ささみ、玉葱、じゃ が芋、きゅうり、人参、 絹豆腐	米、ささみ、人参、玉 葱、ブロッコリー、ほう れん草	うどん、ブロッコリー、 ツナ、人参、ほうれん 草、キャベツ

日付	7	8	9	10	11	12
昼食	おかゆ 鱈煮 野菜和え すまし汁 フルーツ	おかゆ ささみ煮 大根煮 みそ汁 フルーツ	パン粥 ささみ煮 サラダ スープ ヨーグルト	おかゆ ささみ煮 たたききゅうり スープ フルーツ	おかゆ 鮭煮 和えもの みそ汁 ゼリー	うどん ささみ煮 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	焼きいも 麦茶	おかゆ 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鱈、小松菜、人参、 絹豆腐	米、ささみ、大根、人 参、絹さや	食パン、ささみ、玉葱、 キャベツ	米、ささみ、人参、玉 葱、きゅうり、かぶ	米、鮭、ほうれん草、人 参、キャベツ	うどん、小松菜、人参、 キャベツ、ささみ

日付	14	15	16	17	18	19
昼食	おかゆ ささみ煮 和えもの みそ汁 フルーツ	おかゆ ささみ煮 キャベツサラダ みそ汁 ヨーグルト	醤油うどん ささみ煮 サラダ フルーツ	おかゆ 鱈煮 キャベツ煮 みそ汁 フルーツ	おかゆ/肉じゃが サラダ スープ フルーツ	うどん ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	パン粥 麦茶	お菓子 麦茶	おかゆ 麦茶	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、ささみ、ほうれん 草、人参、白菜	米、ささみ、玉葱、人 参、キャベツ、小松菜	うどん、ささみ、トマ ト、きゅうり	米、鱈、キャベツ、大根	米、ささみ、人参、じゃ が芋、玉葱、きゅうり	玉葱、人参、ささみ、うど ん、じゃが芋、きゅうり、 キャベツ

日付	21	22	23	24	25	26
昼食	おかゆ 鮭煮 野菜煮 みそ汁 フルーツ	おかゆ 煮物 サラダ みそ汁 ヨーグルト	うどん ささみ煮 サラダ スープ フルーツ	おかゆ ささみ煮 レタスサラダ スープ フルーツ	おかゆ/納豆 鮭煮 野菜煮 みそ汁 フルーツ	うどん キャベツとしらすの 和え物 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鮭、人参、絹さや	米、ささみ、玉葱、木綿 豆腐、きゅうり、人参、 キャベツ	うどん、きゅうり、ささ み、トマト、キャベツ	米、ささみ、人参、レタ ス、玉葱	米、納豆、鮭、人参、絹 さや、絹豆腐、小松菜	うどん、ささみ、人参、 玉葱、キャベツ、しらす

日付	28	29	30	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p>みどりの栄養 野菜・果物・海藻・きのこ 類を使ったビタミンを多く 含む料理です。</p> </div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>あかの栄養 肉・魚・豆・卵などを使っ た、血や肉となるたんぱく 質を多く含む料理です。</p> </div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px;"> <p>きいろの栄養 ごはん・めん類・パン類・ いも類など、エネルギー源 となる主食です。</p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px;"> <p>しろの栄養 かつお節や昆布など、うま 味成分のだしを使った料理 で、子どもの味覚を育てま す。</p> </div>	
昼食	おかゆ ささみ煮 和え物 みそ汁 フルーツ	昭和の日	肉うどん トマト じゃが芋煮 ヨーグルト		
午後のおやつ	お菓子 麦茶		おかゆ 麦茶		
食材	米、ささみ、人参、ほう れん草、かぶ		うどん、ささみ、ほうれ ん草、人参、トマト		

