

# 4月給食献立表(幼児食)

令和8年4月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	<div style="border: 2px 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 gray; padding: 5px; margin-top: 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>		1日	2日	3日	4日
昼食			塩ラーメン もち米蒸し団子 ヨーグルト	ぶりかけごはん 鶏肉のパン粉焼き 白菜とコーンのサラダ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の梅味噌焼き ただききゅうり すまし汁 ゼリー	わかめうどん コールスローサラダ フルーツ
午後のおやつ			鮭わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	フルーツサンド 牛乳	お菓子 麦茶
食材			中華麺、豚肉、もやし、人参、玉ねぎ、きくらげ、葱、もち米蒸し団子	米、ぶりかけ、鶏肉、白菜、コーン、人参、えのき、わかめ	米、豚肉、玉ねぎ、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、塩昆布、もやし	うどん、鶏肉、ほうれん草、人参、玉ねぎ、わかめ、コーン、キャベツ、人参、ハム

日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	キーマカレーライス もやしの中華風サラダ スープ ヨーグルト	ごはん 豚肉のチャプチェ風 南瓜サラダ みそ汁 フルーツ	ジャムパン メンチカツ マカロニサラダ スープ ゼリー	ごはん 鯖の味噌煮 和風ポテトサラダ すまし汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 海藻サラダ みそ汁 フルーツ	焼きそば キャベツとしらすの おかか和え スープ フルーツ
午後のおやつ	おからクッキー 牛乳	ココアトースト 牛乳	お菓子 牛乳	さつま芋蒸しパン 牛乳	カルピスゼリー 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、カレーウ、人参、玉ねぎ、コーン、グリーンピース、豚ひき肉、ハム、きゅうり、きくらげ、もやし、ベーコン	米、豚肉、春雨、人参、玉ねぎ、ピーマン、ベーコン、クリームチーズ、南瓜、麩	食パン、いちごジャム、メンチカツ、ハム、コーン、きゅうり、マカロニ、きくらげ、青梗菜、えのき	米、鯖、ハム、水菜、玉ねぎ、じゃが芋、ほうれん草、もやし	米、白滝、椎茸、絹さや、豚肉、玉ねぎ、絹豆腐、かにかま、きゅうり、わかめ、レタス、なめこ、油揚げ	中華麺、玉ねぎ、キャベツ、人参、もやし、豚肉、しらす、水菜、キャベツ、じゃが芋

日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	ミートソーススパゲッティ ナゲット 野菜スープ フルーツヨーグルト	ごはん 鶏肉とじゃが芋の味噌和え すき昆布煮 すまし汁 フルーツ	なめこうどん ちくわの磯辺揚げ ミニトマト ゼリー	麦ごはん 鮭のコーンマヨ焼き ゆかり和え みそ汁 フルーツ	彩り鶏そぼろ丼 ジャーマンポテト スナップエンドウ みそ汁 フルーツ	ちゃんぽんラーメン しゅうまい フルーツ
午後のおやつ	かぼちゃのおやき 牛乳	オレンジムース 麦茶	キンパ風混ぜご飯 麦茶	お菓子 牛乳	レモンクッキー 牛乳	お菓子 麦茶
食材	スパゲッティ、豚ひき肉、玉ねぎ、おから、チキンナゲット、人参、キャベツ、もやし	米、鶏肉、じゃが芋、刻み昆布、竹輪、人参、白滝、絹さや、絹豆腐、わかめ	うどん、人参、鶏肉、なめこ、小松菜、玉ねぎ、竹輪、ミニトマト	米、麦、鮭、コーン、人参、キャベツ、きゅうり、大根、ゆかり、玉ねぎ、わかめ	米、グリーンピース、鶏ひき肉、赤パプリカ、黄パプリカ、玉ねぎ、じゃがいも、ウインナー、スナップエンドウ	中華麺、豚肉、葱、コーン、玉ねぎ、キャベツ、人参、しゅうまい

日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	ごはん 鶏肉の塩麹焼き じゃがりたコーン けんちん汁 フルーツ	ごはん 鮭の西京焼き 切干大根煮 すまし汁 フルーツ	ハンバーガー (キャベツ、ハンバーグ) フライドポテト スープ ヨーグルト	ごはん ミートボールの酢豚風 ブロックソーサラダ スープ フルーツ	納豆ごはん ウインナー 茹でアスパラ みそ汁 ゼリー	なすとひき肉の 肉みそうどん ココロサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	ごまクッキー 牛乳	お菓子 牛乳	小松菜とじゃこのおにぎり 麦茶	いちごみるく羊羹 麦茶	メロンパン 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、塩こうじ、じゃが芋、コーン、大根、人参、木綿豆腐、ささがき、ほう、葱	米、鮭、絹さや、さつま揚げ、白滝、人参、切干大根、もやし	まるパン、ハンバーグ、キャベツ、人参、フライドポテト、ハム、もやし	米、ピーマン、人参、玉ねぎ、ミートボール、ブロックソー、ハム、黄パプリカ、赤パプリカ、えのき	米、納豆、チーズ、青のり、ウインナー、アスパラ、なす、油揚げ	うどん、万能ねぎ、豚肉、玉ねぎ、なす、トマト、きゅうり、竹輪

☆こいのぼり会☆

日付	27日	28日	29日	30日	<div style="border: 2px 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: 2px solid orange; padding: 5px; margin-top: 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>
昼食	担々麺 中華風ポテトサラダ ゼリー	ごはん 鯖の塩焼き 即席漬け みそ汁 フルーツ	昭和の日	わかめごはん 春巻き なめたけ和え みそ汁 フルーチェセレクト	
午後のおやつ	新玉とアスパラのおにぎり 麦茶	南瓜チーズケーキ 麦茶		こいのぼりサンド 牛乳	
食材	中華麺、豚ひき肉、葱、青梗菜、豆乳、じゃが芋、きゅうり、わかめ、かにかま	米、鯖の塩焼き、人参、キャベツ、かぶ、かぶ菜、塩昆布、生揚げ、小松菜		米、わかめご飯の素、春巻き、なめたけ、ほうれん草、人参、白菜、木綿豆腐、小松菜	



# 4月給食献立表(完了食)

令和8年4月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p><b>あか</b>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 gray; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p><b>しろ</b>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>		1日	2日	3日	4日
昼食			塩ラーメン 豚肉煮 ヨーグルト	ごはん 鶏肉煮 白菜とコーンのサラダ みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の味噌煮 ただききゅうり すまし汁 ゼリー	わかめうどん キャベツサラダ フルーツ
午後のおやつ			鮭おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	お菓子 麦茶
食材			中華麺、豚肉、もやし、人参、玉ねぎ、きくらげ、葱、豚肉	米、鶏肉、白菜、コーン、人参、えのき、わかめ	米、豚肉、玉ねぎ、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、もやし	うどん、鶏肉、ほうれん草、人参、玉ねぎ、わかめ、コーン、キャベツ、人参、ハム

日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	カレーライス もやしサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 豚肉と野菜煮 南瓜サラダ みそ汁 フルーツ	食パン 豚肉煮 マカロニサラダ スープ ゼリー	ごはん 鮭煮 ポテトサラダ すまし汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 海藻サラダ みそ汁 フルーツ	塩焼きそば キャベツとしらすの おかか和え スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、人参、コーン、グリーンピース、豚ひき肉、ハム、きゅうり、きくらげ、もやし、玉ねぎ、ベーコン	米、豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、ベーコン、南瓜	食パン、豚肉、ハム、コーン、きゅうり、マカロニ、きくらげ、青梗菜、えのき	米、鮭、ハム、玉ねぎ、じゃが芋、ほうれん草、もやし	米、白滝、椎茸、絹さや、豚肉、玉ねぎ、絹豆腐、かにかま、きゅうり、わかめ、レタス、なめこ、油揚げ	中華麺、玉ねぎ、キャベツ、人参、もやし、豚肉、しらす、キャベツ、じゃが芋

日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	ミートソーススパゲッティ 鶏肉煮 野菜スープ フルーツヨーグルト	ごはん 鶏肉とじゃが芋の味噌煮 すき昆布煮 すまし汁 フルーツ	なめこうどん 鶏肉煮 トマト ゼリー	ごはん 鮭煮 野菜和え みそ汁 フルーツ	そぼろごはん じゃが芋煮 絹さや和え みそ汁 フルーツ	ちゃんぽんラーメン 豚肉煮 フルーツ
午後のおやつ	かぼちゃ煮 牛乳	ヨーグルト 麦茶	青のりごはん 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶
食材	スパゲッティ、豚ひき肉、玉ねぎ、鶏肉、人参、キャベツ、もやし	米、鶏肉、じゃが芋、刻み昆布、竹輪、人参、白滝、絹さや、絹豆腐、わかめ	うどん、人参、鶏肉、なめこ、小松菜、玉ねぎ、竹輪、トマト	米、鮭、人参、キャベツ、きゅうり、大根、玉ねぎ、わかめ	米、グリーンピース、鶏ひき肉、赤パプリカ、黄パプリカ、玉ねぎ、じゃがいも、絹さや	中華麺、豚肉、葱、コーン、玉ねぎ、キャベツ、人参

日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	ごはん 鶏肉煮 じゃが芋煮 けんちん汁 フルーツ	ごはん 鮭煮 切干大根煮 すまし汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 ポテトサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 豚肉と野菜煮 ブロッコリーサラダ スープ フルーツ	納豆ごはん ウインナー 茹でアスパラ みそ汁 ゼリー	なすとひき肉の 肉みそうどん ココロサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	小松菜おにぎり 麦茶	お菓子 麦茶	食パン 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、じゃが芋、コーン、大根、人参、木綿豆腐、ささがきごぼう、葱	米、鮭、絹さや、さつま揚げ、白滝、人参、切干大根、もやし	食パン、鶏肉、キャベツ、人参、じゃが芋、ハム、もやし	米、ピーマン、人参、玉ねぎ、ミートボール、ブロッコリー、ハム、黄パプリカ、赤パプリカ、えのき	米、納豆、青のり、ウインナー、アスパラ、なす、油揚げ	うどん、万能ねぎ、豚肉、玉ねぎ、なす、トマト、きゅうり、竹輪

☆こいのぼり会☆

日付	27日	28日	29日	30日	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p><b>みどり</b>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: 2px solid orange; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p><b>きいろ</b>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>	
昼食	醤油ラーメン ポテトサラダ ゼリー	ごはん 鱈煮 即席漬け みそ汁 フルーツ	昭和の日			
午後のおやつ	新玉とアスパラのおにぎり 麦茶	ヨーグルト 麦茶				
食材	中華麺、豚ひき肉、葱、青梗菜、じゃが芋、きゅうり、わかめ、かにかま	米、鱈、人参、キャベツ、かぶ、生揚げ、小松菜	米、豚肉、なめたけ、ほうれん草、人参、白菜、木綿豆腐、小松菜			

