

# 令和7年 4月献立表

保育園アリス宿河原

食育・イベント	日	曜	朝おやつ	給食	午後おやつ	3色分類		
						あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
	1・15	火	牛乳	カレーライス シルバーサラダ バナナ	牛乳 りんご寒天 プレミアムクラッカー	牛乳 豚もも肉	米 押し麦 じゃがいも 油 春雨 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 プレミアムクラッカー	人参 玉ねぎ きゅうり バナナ 寒天 100%りんごジュース
	2・16	水	牛乳	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き キャベツの胡麻和え 味噌汁(切干大根・玉ねぎ・絹豆腐) りんご	牛乳 手作りポップコーン(塩味)	牛乳 鶏もも 絹ごし豆腐 かつお節 味噌	米 米粉 マーマレード 白ごま 砂糖 ポップコーン種 油	にんにく キャベツ 人参 切干大根 玉ねぎ 昆布 りんご
	3・17	木	牛乳	ごはん 鱈の照り焼き じゃがいものきんぴら 味噌汁(大根・小松菜・長ねぎ) 清見柑	牛乳 ブルーベリージャムサンド	牛乳 さわら かつお節 味噌	米 砂糖 油 じゃがいも 食パン(3日) 胚芽食パン(17日) ブルーベリージャム	人参 さやいんげん 大根 小松菜 長ねぎ 昆布 清見柑
	4・18	金	牛乳	かけうどん 豚肉の西京焼き 野菜ナムル バナナ	牛乳 ケチャップライス	牛乳 油揚げ かつお節 豚もも肉 白みそ 豚挽肉	乾麺 砂糖 ごま油 米油	人参 長ねぎ 昆布 生姜 汁 もやし ほうれん草 にんにく バナナ 玉ねぎ ホールコーン缶
	5・19	土	牛乳	鶏肉の旨煮丼 きゅうりの中華和え 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・長ねぎ) りんご	牛乳 お菓子	牛乳 鶏もも かつお節 味噌	米 砂糖 ごま油 白ごま さつまいも お菓子	玉ねぎ さやいんげん きゅうり 人参 長ねぎ 昆布 りんご
	7・21	月	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 切干大根の和え物 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ・油揚げ) バナナ	牛乳 水ようかん プレミアムクラッカー	牛乳 豚もも肉 油揚げ かつお節 味噌	米 油 砂糖 ごま油 こしあん プレミアムクラッカー	生姜 切干大根 人参 きゅうり もやし キャベツ 玉ねぎ 昆布 バナナ 寒天
	8・22	火	牛乳	麻婆丼 もやしの三杯酢 中華スープ(玉ねぎ・わかめ) りんご	牛乳 人参パンケーキ	牛乳 木綿豆腐 豚挽肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 ごま油 米粉ホットケーキミックス 油	人参 長ねぎ もやし きゅうり ホールコーン缶 玉ねぎ 生わかめ りんご
	9・23	水	牛乳	ごはん 鮭のオーロラソースがけ キャベツのソテー コンソメスープ(人参・もやし・玉ねぎ) デコボン	牛乳 メロンパン風トースト	牛乳 鮭	米 米粉 マヨネーズ(卵なし) 油 食パン パター 砂糖	キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ もやし デコボン
	10・24	木	牛乳	ごはん 豚だいきん ひじきのナムル 味噌汁(小松菜・玉ねぎ・油揚げ) りんご	牛乳 マカロニのあべ川	牛乳 豚もも肉 味噌 油 揚げ かつお節 黄な粉	米 砂糖 ごま油 マカロニ	大根 人参 生姜 もやし 干しひじき きゅうり 小松菜 玉ねぎ 昆布 りんご
入園・進級 お祝い給食	11	金	牛乳	ゆかりごはん 鶏肉の竜田焼き 春野菜ポテトサラダ 清汁(人参・長ねぎ・たけのこ) いちご	100%りんごジュース 春色クッキー	牛乳 鶏もも かつお節	米 片栗粉 油 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 米粉 砂糖 パター いちご ジャム	ゆかり 生姜 ブロッコリー アスパラガス スナップエンドウ 人参 長ねぎ 茹でたけのこ 昆布 いちご 100%りんご ジュース
	12・26	土	牛乳	カレーピラフ ブロッコリーのマヨネーズ和え 野菜スープ(きゃべつ・もやし) バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 鶏もも	米 油 マヨネーズ(卵なし) お菓子	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー キャベツ もやし バナナ
	14	月	牛乳	ごはん 鶏肉のポテトフレーク焼き しょう油フレンチ 味噌汁(もやし・玉ねぎ) バナナ	牛乳 お麩のラスク	牛乳 鶏もも かつお節 味噌	米 マヨネーズ(卵なし) マッシュポテトフレーク 油 麩 パター 砂糖	キャベツ きゅうり セロリ 人参 玉ねぎ もやし 昆布 バナナ
	25	金	牛乳	ごはん いろいろ野菜ミートローフ スピナチサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・もやし) デコボン	牛乳 クッキー	牛乳 豚挽肉 まぐろ油漬 缶	米 油 パン粉 白ごま 砂糖 米粉 パター	玉ねぎ 人参 ピーマン ホールコーン缶 ほうれん草 もやし デコボン
	28	月	牛乳	ハッシュドボーク フレンチサラダ バナナ	牛乳 ココアゼリー プレミアムクラッカー	牛乳 豚もも肉 セラチン	米 油 パター 砂糖 プレミアムクラッカー	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり セロリ バナナ
	30	水	牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 三色おひたし 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ・長ねぎ) りんご	牛乳 オートミールバー	牛乳 鶏もも かつお節 味噌	米 砂糖 ごま油 白ごま さつまいも オートミール バター 三温糖	生姜 ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ 長ねぎ 昆布 りんご バナナ レーズン