

# 4月献立表

令和8年度 なかよし保育園

日	曜	昼食・おやつ	使用材料			
			赤 血や肉や骨をつくる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子を整える	その他 調味料
2	木	ひじきご飯 ほうれん草のごま和え 豆腐のすまし汁 黒糖蒸しパン 牛乳	鶏肉 油揚げ チリメン 豆腐 豆乳 牛乳	なたね油 三温糖 すりごま 黒糖 ホットケーキミックス	干ひじき 人参 ほうれん草 人参 乾わかめ 玉葱 人参 葱	醤油 醤油 だしかつお 醤油
3	金	<入園式> 鶏肉のから揚げ フルーツサラダ さつまいものみそ汁 プチパン 牛乳	鶏肉 みそ 粉チーズ ダイスターズ 牛乳 牛乳	なたね油 片栗粉 三温糖 なたね油 さつまいも ホットケーキミックス 白玉粉	生姜 キャベツ きゅうり みかん缶 パイン缶 玉葱 えのき 人参 葱	醤油 酒 みりん 酢 塩 こしょう だしかつお
4	土	五目うどん りんご ブルーベリータルト きな粉せんべい 牛乳	牛肉 油揚げ 乾わかめ 牛乳	三温糖 うどん麺	人参 ほうれん草 葱 出し昆布 干しいたけ りんご	醤油 だしかつお タルト せんべい
6	月	豚汁 ブロックリーのおかか和え ししゃもの素焼き (0.1歳児)ちりめん煮 シュガートースト 牛乳	豚肉 豆腐 油揚げ みそ かつお節 ししゃも チリメン 牛乳	里芋 なたね油 三温糖 グラニュー糖 バター 食パン	人参 大根 ごぼう 葱 ブロックリー	だしかつお 醤油 醤油
7	火	鶏肉の照り焼き きゅうりの酢の物 春キャベツのみそ汁 キャロットケーキ 牛乳	鶏肉 チリメン 乾わかめ みそ 油揚げ 鶏卵 牛乳 牛乳	三温糖 三温糖 小麦粉 三温糖 バター	生姜 きゅうり 春キャベツ 玉葱 人参 葱 人参	醤油 酒 酢 塩 だしかつお ベーキングパウダー シナモン
8	水	八宝菜 しらす和え ふりかけ いちご つぶせんべい ヨーグルト	豚肉 チリメン ヨーグルト	片栗粉 三温糖 なたね油	玉葱 人参 白菜 椎茸 竹の子 キクラゲ 絹さや ほうれん草 人参 いちご	コンソメ 醤油 醤油 ふりかけ せんべい
9	木	◎ビーフカレー コールスローサラダ もちもちボール 牛乳	牛肉 チリメン 牛乳	じゃが芋 なたね油 白玉粉 ホットケーキミックス グラニュー糖 なたね油	人参 玉葱 にんにく 生姜 りんご キャベツ 人参 きゅうり コーン	パーメント甘ロ マヨドレ 塩 こしょう
10	金	鮭フライ 中華サラダ あおさのみそ汁 ポテトお餅 牛乳	鮭 ハム 乾あおさ みそ 豆腐 ピザ用チーズ 牛乳	小麦粉 パン粉 なたね油 三温糖 ごま油 春雨 ごま じゃが芋 片栗粉 バター	人参 きゅうり もやし 玉葱 しめじ	塩 こしょう 醤油 酢 だしかつお 塩 こしょう
11	土	牛丼 野菜スープ マフィン こめ棒くん 牛乳	牛肉 刻みのり 牛乳	三温糖 じゃが芋	玉葱 玉葱 人参 コーン 葱	醤油 みりん だしかつお コンソメ こしょう マフィン 米菓子
13	月	豆腐団子スープ ほうれん草の磯和え 手作りかまぼこ シュガーパイ ミニのりすけ 牛乳	鶏ひき肉 豆腐 もみのり 白身魚のすり身 牛乳	片栗粉 グラニュー糖 冷凍パイシート	生姜 白菜 人参 竹の子 玉葱 葱 ほうれん草 人参 コーン	コンソメ 塩 醤油 醤油 せんべい
14	火	鯖の塩焼き 春キャベツのサラダ 南瓜のみそ汁 よもぎ団子 (乳)芋団子 牛乳	鯖 みそ 油揚げ 牛乳	三温糖 なたね油 上新粉 白玉粉 三温糖 きな粉 さつまいも 片栗粉 三温糖 きな粉	春キャベツ 人参 きゅうり コーン 南瓜 玉葱 もやし 葱 よもぎ	塩 酢 塩 こしょう だしかつお
15	水	ミートスパゲティ 豆腐スープ ◎プリン 二色せんべい 牛乳	牛ひき肉 粉チーズ 豆腐 鶏卵 牛乳 生クリーム 牛乳	スパゲティ なたね油 バター グラニュー糖	人参 玉葱 マッシュルーム パセリ 玉葱 人参 コーン 葱	ケチャップ ぶどう酒(赤) コンソメ こしょう バニラエッセンス せんべい

## 入園 進級おめでとございます。

保育園の給食は、子ども達が元気にすくすくと育つことを考え、安心・安全の給食を届けたいと思います。又、給食を通して食べる楽しみや、旬の食べ物、身体と食べ物の大切な関係を伝え、食に感謝する心を育てます。

食に対して何かお悩みがあるときは、いつでもご相談ください。

# 4月献立表

令和8年度 なかよし保育園

日	曜	昼食・おやつ	使用材料			
			赤 血や肉や骨をつくる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子を整える	その他 調味料
16	木	すぎ焼風煮 大根サラダ 味付けのり ◎フライドポテト (乳児) ひこうきビスケット 牛乳	牛肉 焼き豆腐	三温糖 なたね油 三温糖 なたね油	白菜 玉葱 葱 つぎこんにゃく 大根 きゅうり レモン汁	醤油 酢 塩 味付け海苔 塩 ビスケット
17	金	中華揚げ団子 小松菜のナムル しめじのすまし汁 ジャムサンドパン(いちご) 牛乳	豚ひき肉 豆腐	なたね油 片栗粉 すりごま ごま油 三温糖	玉葱 葱 干椎茸 生姜 小松菜 人参 もやし しめじ 玉葱 人参 みつば いちご	醤油 酒 塩 こしょう 醤油 だしかつお 醤油 バクチン
18	土	ラーメン オレンジ マドレーヌ ざらめせんべい 牛乳	豚肉	中華麺 ごま油	白菜 人参 もやし 生姜 葱 オレンジ	鶏がらスープ 醤油 こしょう マドレーヌ せんべい
20	月	◎クリームシチュー 千切り野菜のサラダ 野菜の子チミ 牛乳	鶏肉 牛乳	じゃが芋 小麦粉 バター 三温糖 なたね油 上新粉 片栗粉 なたね油 三温糖	人参 玉葱 しめじ グリンピース キャベツ 人参 アスパラ コーン 玉葱 人参 コラ	コンソメ 塩 こしょう 酢 塩 こしょう 醤油 酢 塩
21	火	<誕生日会> 白身魚のケチャップ煮 マセドアンサラダ コンスープ わかめご飯 ミニカップゼリー さくらケーキ 牛乳	メルルーサ	三温糖 なたね油 片栗粉 じゃが芋 なたね油 三温糖 片栗粉	きゅうり 人参 コーン クリームコーン缶 玉葱 パセリ	ケチャップ 醤油 酢 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう わかめご飯の素 ゼリー ベーキングパウダー 色粉 バニラエッセンス
22	水	竹の子ご飯 白菜の中華サラダ 豆腐のくずし汁 フルーツポンチ ミレービスケット 牛乳	油揚げ 豆腐 油揚げ 乾わかめ みそ	すりごま ごま油 三温糖 じゃが芋	竹の子 白菜 人参 きゅうり 人参 玉葱 葱 みかん缶 パイン缶 黄桃缶 いちご	醤油 みりん 塩 だしかつお 醤油 だしかつお ビスケット
23	木	<お弁当日> (乳) 煮込みうどん さつま芋煮 マカロニきな粉 りんごジュース	牛肉 油揚げ きな粉	うどん類 さつま芋 三温糖 ツイストマカロニ 三温糖	人参 玉葱 ほうれん草 葱 りんごジュース	だしかつお 醤油 醤油
24	金	ハンバーグ ブロッコリーとパイン缶 わかめスープ ドーナツ 牛乳	牛ひき肉 豚ひき肉 牛乳 乾わかめ 豆腐 鶏卵 牛乳	バター パン粉 三温糖 なたね油 小麦粉 三温糖 グラニュー糖 バター なたね油	玉葱 ブロッコリー パイン缶 もやし 玉葱 人参 葱	ナツメグ 塩 こしょう ケチャップ 酢 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう ベーキングパウダー
25	土	ハヤシライス ヨーグルト バームクーヘン ミニぼんごさかな 牛乳	牛肉 ヨーグルト	なたね油	玉葱 人参 マッシュルーム	ハヤシルー バームクーヘン せんべい
27	月	マーボー豆腐 中華漬け 蒸しシューマイ お好み焼き 牛乳	豆腐 赤みそ 豚ひき肉 豚肉 鶏卵 豆腐 かつお粉 牛乳	ごま油 三温糖 片栗粉 三温糖 ごま油 小麦粉	人参 玉葱 葱 生姜 きゅうり キャベツ 青のり	醤油 醤油 酢 パプリカ粉 塩 冷凍シューマイ 塩 だしかつお お好みソース
28	火	牛肉の時雨煮 シルバーサラダ じゃが芋のみそ汁 ホットケーキ 牛乳	牛肉 みそ 乾わかめ 牛乳	なたね油 三温糖 春雨 三温糖 なたね油 じゃが芋 ホットケーキミックス バター 砂糖 なたね油	生姜 キャベツ 人参 きゅうり みかん缶 玉葱 人参 えのき 葱	醤油 酒 塩 こしょう 酢 塩 こしょう だしかつお
29	水	昭和の日				
30	木	鯖のみそ煮 三色ゴマ和え 若竹汁 野菜チップス 牛乳	鯖 みそ	三温糖 すりごま さつま芋 なたね油	生姜 ほうれん草 人参 コーン 竹の子 玉葱 乾わかめ えのき みつば れんこん	みりん 醤油 醤油 だしかつお 野菜チップス 塩

## 春の旬の野菜を食べましょう

グリーンアスパラ、春キャベツ、竹の子、いちご。栄養価が高く食卓に彩を与えてくれます。  
春の野菜は柔らかいものが多く、素材の味をいかした料理がおすすめです。

◎印は、そう組さんのリクエストメニューです。