



4月予定献立表

令和6年4月 いなみこども園

日	曜	献立名	使用する主な食材			おやつ
			黄：熱や力になる	赤：血や肉や骨になる	緑：体の調子を整える	
4	木	ごはん 焼き魚 おひたし 味噌汁 バナナ	米 砂糖	鯖 ごま 豆腐、わかめ、あげ、味噌、鰹節	ほうれん草、人参 ねぎ バナナ	牛乳 菓子
5	金	ふりかけごはん クリームシチュー キャベツのサラダ オレンジ	米 じゃがいも、油	豚肉	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、ねぎ キャベツ、人参、きゅうり オレンジ	りんごジュース ドーナツ
6	土	きつねうどん	うどん、砂糖	あげ、卵、かまぼこ、鰹節	ねぎ	
8	月	中華丼 卵スープ チーズ オレンジ	米、ごま油、油、片栗粉	豚肉、いか 卵 チーズ	玉ねぎ、竹の子、人参、椎茸、白菜、ねぎ オレンジ	<0歳児> ジュース、菓子 <1歳児~> ヤクルト、菓子
9	火	ゆかりごはん 鶏団子と白菜の煮物 味噌汁 バナナ	米 片栗粉、砂糖	鶏ミンチ あげ、味噌、鰹節	白ねぎ、土生姜、白菜 大根、人参、ねぎ バナナ	牛乳 菓子
10	水	カレーライス ツナサラダ オレンジ	米、油、じゃがいも マヨネーズ	豚肉 ツナ	玉ねぎ、人参 きゅうり、人参、コーン、キャベツ オレンジ	野菜ジュース 菓子
11	木	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き おひたし 味噌汁 バナナ	米 マヨネーズ、パン粉 砂糖	鮭 ごま 豆腐、わかめ、あげ、味噌、鰹節	ほうれん草、人参 ねぎ バナナ	牛乳 菓子
12	金	ごはん コロッケ マカロニサラダ 味噌汁 オレンジ	米 じゃがいも、小麦粉、パン粉 マカロニ、マヨネーズ	合いびきミンチ、卵 ハム あげ、味噌、鰹節	玉ねぎ きゅうり、人参 玉ねぎ、えのき、ねぎ オレンジ	ヨーグルト
13	土	パン ジュース	パン ジュース			
15	月	親子丼 おひたし 味噌汁 オレンジ	米、砂糖 砂糖	鶏肉、卵、赤巻き ごま 豆腐、わかめ、あげ、味噌、鰹節	玉ねぎ、ねぎ ほうれん草、人参 ねぎ オレンジ	<0歳児> ジュース、菓子 <1歳児~> ヤクルト、菓子
16	火	ごはん 魚のフライ 中華サラダ 味噌汁 バナナ	米 小麦粉、パン粉、油 春雨、ごま油、砂糖	鰹、卵 ハム、卵 あげ、味噌、鰹節	きゅうり、人参 大根、人参、ねぎ バナナ	りんごジュース 菓子
17	水	チキンライス 団子スープ オレンジ	米、油 片栗粉	鶏ミンチ 合いびきミンチ、卵	玉ねぎ、人参 ほうれん草 オレンジ	牛乳 菓子
18	木	ごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ 味噌汁 バナナ	米 油 じゃがいも、マヨネーズ	豚肉 ハム 豆腐、わかめ、あげ、味噌、鰹節	玉ねぎ きゅうり、人参 ねぎ バナナ	<0歳児> ヨーグルト <1歳児~> ゼリー
19	金	五目そば 中華スープ チーズ オレンジ	中華麺、片栗粉、油、ごま油	豚肉、いか ベーコン チーズ	玉ねぎ、人参、竹の子、エリンギ、キャベツ、ねぎ 玉ねぎ、人参 オレンジ	おにぎり
20	土	肉うどん	うどん、砂糖	豚肉、卵、かまぼこ、鰹節	ねぎ	
22	月	三色丼 おひたし 味噌汁 オレンジ	米、砂糖 砂糖	鶏ミンチ、卵 ごま 豆腐、わかめ、あげ、味噌、鰹節	きぬさや ほうれん草、人参 ねぎ オレンジ	<0歳児> ジュース、菓子 <1歳児~> ヤクルト、菓子
23	火	ごはん 焼き魚 春雨サラダ 味噌汁 バナナ	米 春雨、マヨネーズ	鯖 ハム あげ、味噌、鰹節	きゅうり、人参 大根、人参、ねぎ バナナ	<0歳児> ヨーグルト <1歳児~> プリン
24	水	パン スパゲティーナポリタン わかめスープ オレンジ 牛乳	パン スパゲティー、油	ベーコン わかめ、ごま 牛乳	玉ねぎ、人参、トマトピューレ、ピーマン オレンジ	おにぎり
25	木	ピラフ もやしときゅうりのゆかり和え キャベツのスープ バナナ	米、油 じゃがいも	ベーコン、卵	玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、きゅうり キャベツ、人参 バナナ	牛乳 菓子
26	金	ごはん ハンバーグ スパゲティーサラダ 味噌汁 ケーキ(1歳児~) バナナ	米 パン粉 スパゲティー、マヨネーズ ケーキ	合いびきミンチ、卵、牛乳 ハム あげ、味噌、鰹節	玉ねぎ きゅうり、人参 玉ねぎ、えのき、ねぎ バナナ	りんごジュース 菓子
27	土	わかめうどん	うどん	わかめ、卵、かまぼこ、鰹節	ねぎ	
30	火	ハヤシライス キャベツとベーコンのドレッシング和え オレンジ	米、油	豚肉 ベーコン	玉ねぎ、人参、トマトピューレ キャベツ、人参 オレンジ	<0歳児> ジュース、菓子 <1歳児~> ヤクルト、菓子

※材料の都合で変更があります。 じゃこ(2歳児~)と果物は毎日食べます。 おやつは長時間保育児のみです。