

令和 7年 4月分 給食だより			ひとつぶ保育園		
日	曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	0～1歳児のおやつ
1	火	ごはん	・米	牛乳	牛乳
・麻婆豆腐		・木綿豆腐、豚ミンチ、人参、にら、油、しょうが、にんにく、鶏がらスープ、しょうゆ（濃）、上白糖、赤みそ、片栗粉	おかし	豆乳もち	
15		炒めなます	・だいこん、人参、しらす干し、上白糖、しょうゆ（濃）、酢、すりごま、油	くだもの	くだもの
2	水	ごはん	・米	牛乳	牛乳
・筑前煮		・鶏肉、ちくわ、板こんにゃく、だいこん、じゃがいも、人参、ごぼう、油、上白糖、しょうゆ（濃）、みりん、出し汁	コーンの米粉おやき	コーンの米粉おやき	
16		ごまあえ	・キャベツ、きゅうり、人参、すりごま、しょうゆ（薄）、上白糖	くだもの	くだもの
3	木	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		揚げぎょうざ	・ぎょうざ、油	おかし	りんごのコンポート
		（0・1歳は鶏肉のほぐし煮）		くだもの	くだもの
		ひじきと白菜のサラダ	・ひじき、きゅうり、はくさい、人参、花かつお、しょうゆ（薄）、酢、上白糖、油、塩		
・みそ汁	・じゃがいも、玉ねぎ、青ネギ、出し汁、みそ				
4	金	ごはん	・米	牛乳	牛乳
・すきやき煮		・牛肉、焼き豆腐、糸こんにゃく、玉ねぎ、人参、はくさい、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ（濃）、みりん、出し汁	ジャムサンド	ジャムサンド	
17	木	華風和え	・きゅうり、人参、もやし、酢、上白糖、しょうゆ（薄）、ごま油	くだもの	くだもの
5	土	かやくうどん	・うどん、鶏肉、わかめ、干し椎茸、かまぼこ、玉ねぎ、人参、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ（薄）、みりん	牛乳	牛乳
（0歳は豆腐すい）			スナックパン	スナックパン	
		くだもの			
7	月	食パン（0歳はごはん）	・食パン	牛乳	牛乳
・肉だんごスープ		・合ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、塩・こしょう、はくさい、もやし、人参、干し椎茸、青ネギ、鶏がらスープ、塩、しょうゆ（薄）、水	きなこペンネ	きなこペンネ	
21		フレンチサラダ	・キャベツ、きゅうり、トマト、酢、油、上白糖、塩・こしょう	くだもの	くだもの
8	火	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		ささみのケチャップあえ	・ささみ、片栗粉、油、上白糖、ケチャップ、ウスターソース、水	おかし	さつまいもむしパン
		（0・1歳は煮魚）		くだもの	くだもの
		おひたし	・チンゲンサイ、はくさい、人参、しょうゆ（薄）、上白糖		
・すまし汁	・木綿豆腐、玉ねぎ、青ネギ、出し汁、しょうゆ（薄）、塩				
9	水	ごはん		牛乳	牛乳
新じゃが芋と玉ねぎの煮物		・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ（濃）、みりん	揚げパン	ジャムロールサンド	
23		磯辺和え	・こまつな、もやし、きざみのり、しょうゆ（薄）、上白糖	くだもの	くだもの
10	木	ごはん	・米	牛乳	牛乳
・野菜いため		・豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青ネギ、油、塩、こしょう、ウスターソース	おかし	ふかしいも	
24		けんちん汁	・鶏肉、木綿豆腐、つきこんにゃく、だいこん、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、しょうゆ（薄）	くだもの	くだもの
11	金	ごはん	・米	牛乳	牛乳
・ポークカレー		・豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、コンソメ、カレールウ、りんご、水	コーン入りホットケーキ	コーン入りホットケーキ	
25		白す和え	・キャベツ、きゅうり、しらす干し、酢、上白糖、しょうゆ（薄）	くだもの	くだもの
12	土	スパゲッティナポリタン	・スパゲティ、油、ロースハム、エリンギ、玉ねぎ、人参、ピーマン、油、塩・こしょう、ケチャップ、ウスターソース	牛乳	牛乳
（0歳は豆腐すい）			スナックパン	スナックパン	
		くだもの			
14	月	超熟ロール（0歳はごはん）	・超熟ロール	牛乳	牛乳
・ポトフ		・ポークウインナー、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、コンソメ、塩、こしょう、水	おかし	おからクッキー	
28		ツナサラダ	・ツナ（水煮）、人参、キャベツ、きゅうり、マヨネーズ風調味料	くだもの	くだもの
18	金	たけのこごはん	・米、鶏肉、油あげ、たけのこ、人参、塩、上白糖、酒、みりん、しょうゆ（薄）、水	牛乳	牛乳
		白身魚のフライ	・たら、塩・こしょう、小麦粉（薄力粉）、パン粉、油	おかし	いちごむしパン
		（0・1歳は煮魚）		くだもの	くだもの
		おひたし	・ほうれん草、はくさい、人参、しょうゆ（薄）、上白糖		
・みそ汁	・ふ、わかめ、出し汁、みそ				
19	土	わかめうどん	・うどん、鶏肉、わかめ、かまぼこ、人参、玉ねぎ、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ（薄）、みりん	牛乳	牛乳
（0歳は豆腐すい）			スナックパン	スナックパン	
		くだもの			
22	火	おべんとう	・おべんとう	牛乳	牛乳
			おかし	おかし	
26	土	五目ラーメン	・中華めん、豚肉、はくさい、人参、もやし、かまぼこ、青ネギ、油、鶏がらスープ、水、塩、こしょう、しょうゆ（薄）	牛乳	牛乳
		（0歳は豆腐すい）		スナックパン	スナックパン
		くだもの			
30	水	ごはん	・米	牛乳	牛乳
		えん豆と高野の卵とじ	・高野豆腐、えんどう（生）、鶏ミンチ、ちくわ、人参、干し椎茸、卵、油、出し汁、しょうゆ（濃）、上白糖、みりん、塩	豆腐ドーナツ	豆腐みたらし
		ほうれん草のツナ和え	・ほうれん草、はくさい、人参、ツナ（水煮）、しょうゆ（薄）、上白糖	くだもの	くだもの
		味付けのり	・味付けのり		
◎アレルギー除去食があります 赤色 卵アレルギー 青色 乳製品アレルギー					

平均栄養量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール当量 μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
未満児(1～2歳)	556	20.6	17.7	308	2	235	0.27	0.44	37	5.1	1.7
以上児(3～5歳)	583	21	17.8	251	2.3	246	0.28	0.38	45	6.3	1.9