











# 4月献立表



2025年4月

宜野湾市 保育こども園課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
1 火	カレーライス ブロッコリーサラダ わかめスープ	保育乳 昆布おにぎり	保育乳、豚肉、ツナ油漬缶	〇米、米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、ねぎ、〇塩こんぶ、カットわかめ	カレールウ、みりん、しょうゆ、食塩、和風ドレッシング
2 水	ごはん 肉とうふ煮 ナムル じゃが芋みそ汁	保育乳 かぼちゃ蒸しケーキ バナナ	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、〇調製豆乳、みそ、〇こしあん(生)、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、しらたき、〇油、〇砂糖、砂糖、油、ごま油	〇バナナ、にんじん、こまつな、〇かぼちゃ粉、しめじ、長ねぎ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢
3 木	あわごはん 肉じゃが おかか和え 大根みそ汁	保育乳 ミートトースト	保育乳、豚肉、〇鶏ひき肉、みそ、〇ビザ用チーズ	米、〇食パン、じゃがいも、あわ、〇三温糖	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、〇たまねぎ、しめじ、こまつな、〇にんじん、ねぎ	〇ケチャップ、みりん、しょうゆ、〇ウスターソース
4 金	ごはん 鶏の甘辛煮 切干大根の和え物 ポテトスープ	保育乳 ジャムスコーン (ブルーベリー) オレンジ	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、〇プレーンヨーグルト、〇卵、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇強力粉、〇無塩バター、〇三温糖、油、砂糖	〇オレンジ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、〇ブルーベリージャム、生しいたけ、切り干しだいこん	みりん、しょうゆ、食塩
5 土	ピラフごはん 春雨野菜スープ		豚肉、沖縄豆腐	米、はるさめ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶	みりん、しょうゆ、コンソメ、食塩
7 月	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 大根と鶏のスープ	保育乳 芋かりんとう りんご	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏もも肉、みそ、ツナ油漬缶	〇さつまいも、米、〇黒砂糖、はるさめ、〇揚げ油、油、三温糖、〇白ごま、ごま油、砂糖、片栗粉	〇りんご、だいこん、にんじん、こまつな、たけのこ(ゆで)、長ねぎ、たまねぎ、ねぎ、干しいたけ、にんにく	しょうゆ、みりん、酢、食塩
8 火	麦ごはん おかか納豆 ブロッコリー炒め 豚汁	保育乳 わかめおにぎり	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	〇米、米、じゃがいも、押麦、油	ブロッコリー、にんじん、ごぼう、たまねぎ、長ねぎ、コーン缶、〇わかめふりかけ	しょうゆ、みりん、食塩
9 水	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	保育乳 ココア蒸しケーキ オレンジ	保育乳、鶏ひき肉、〇調製豆乳、豚肉、〇こしあん(生)、みそ	米、〇ホットケーキ粉、パン粉、〇砂糖、〇油、砂糖、油、白ごま	〇オレンジ、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、えのきたけ、しめじ、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん	みりん、しょうゆ、食塩
10 木	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	保育乳 マカロニのカレー煮	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇鶏もも肉	じゃがいも、米、〇マカロニ、あわ、〇油、油、砂糖、片栗粉	〇たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、〇にんじん、〇コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、〇にんにく	しょうゆ、みりん、〇カレールウ、〇ケチャップ、〇ウスターソース、食塩
11 金	みそすき丼 ごま和え オレンジ	保育乳 人参ツナおにぎり	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、〇ツナ油漬缶、みそ	〇米、米、しらたき、砂糖、すりごま、片栗粉、油	オレンジ、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、〇にんじん、長ねぎ、ごぼう、しょうが	みりん、しょうゆ、〇食塩
12 土	五目ごはん 豆腐スープ		沖縄豆腐、豚肉	米	こまつな、にんじん、しめじ、えのきたけ、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩
14 月	ごはん 厚揚げそぼろ煮 ブロッコリーのツナ和え 鶏肉スープ	保育乳 さつま芋のポテフライ りんご	保育乳、厚揚げ、鶏もも肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、大豆水煮、ツナ油漬缶、みそ	〇さつまいも、米、〇揚げ油、油、砂糖、〇砂糖	〇りんご、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、こまつな、ピーマン、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
15 火	ごはん 鶏のみそ焼き 野菜炒め 大根スープ	保育乳 カレーおにぎり	保育乳、鶏もも肉、〇豚肉、豚肉、みそ	〇米、米、油、砂糖、白ごま、ごま油	キャベツ、〇たまねぎ、だいこん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、〇にんじん、こまつな、〇ピーマン、カットわかめ	みりん、しょうゆ、〇コンソメ、食塩、〇カレー粉
16 水	ビビンバ キャベツスープ オレンジ	保育乳 ポテトトースト	保育乳、豚肉、〇ツナ油漬缶、油揚げ、みそ	米、〇食パン、〇マヨネーズ、〇じゃがいも、ごま油、白ごま、砂糖	オレンジ、こまつな、にんじん、キャベツ、もやし、コーン缶、〇たまねぎ、にんにく、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
17 木	お弁当会					
18 金	ごはん 魚のコーン焼き 春雨チャンプルー ポテトスープ	保育乳 黒糖ちんすこう オレンジ	保育乳、白身魚(キング)、豚肉	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇ラード、〇三温糖、〇黒砂糖、マヨネーズ、はるさめ、油	〇オレンジ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな、クリームコーン缶	みりん、しょうゆ、食塩、バセリ粉
19 土	マーボー豆腐どんぶり 黄桃		沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ	米、砂糖、油、片栗粉	もも缶、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく	しょうゆ
21 月	ごはん 鶏のバイン煮 もずくチャンプルー じゃが芋スープ	保育乳 オートミールクッキー オレンジ	保育乳、鶏もも肉、豚肉、〇卵、〇牛乳	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇無塩バター、〇黒砂糖、〇オートミール、砂糖、油、〇黒ごま	〇オレンジ、キャベツ、にんじん、バイン缶、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩
22 火	ごはん 魚のみそ焼き クービーリチー 青菜みそ汁	保育乳 芋てんぷら オレンジ	保育乳、白身魚(キング)、みそ、豚肉、三枚肉	〇さつまいも、米、こんにゃく、〇小麦粉、〇揚げ油、砂糖、油、白ごま、ごま油	〇オレンジ、にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しだいこん	みりん、しょうゆ
23 水	スパゲティミートソース ナムル キャベツスープ	保育乳 おかか昆布おにぎり	保育乳、豚ひき肉、大豆水煮、ツナ油漬缶	〇米、スパゲティ、砂糖、〇砂糖、ごま油、油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、〇塩こんぶ、干しいたけ、ひじき、にんにく	トマトソース、ケチャップ、しょうゆ、みりん、〇みりん、酢、〇しょうゆ、ウスターソース、コンソメ、食塩
24 木	ごはん カレー肉じゃが おかか和え 豆腐みそ汁	保育乳 ショートブレッド(コア) 黄桃	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、〇牛乳	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇無塩バター、〇三温糖	〇もも缶、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ	みりん、しょうゆ、カレー粉
25 金	キャロットライス 鶏肉唐揚げ マッシュポテト キャベツサラダ 野菜スープ	保育乳 お誕生ケーキ	保育乳、鶏もも肉、〇卵、豚肉、〇牛乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、〇無塩バター、〇三温糖、〇生クリーム、片栗粉、揚げ油、〇砂糖、マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、クリームコーン缶、〇マーメレード、ねぎ、しょうが	和風ドレッシング、しょうゆ、みりん、食塩
26 土	わかめごはん 豚汁		豚肉、みそ	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ	
28 月	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ わかめスープ	保育乳 スウィートポテト バイン缶	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、〇調製豆乳	〇さつまいも、米、〇生クリーム、〇三温糖、押麦、砂糖、油、片栗粉	〇バイン缶、にんじん、こまつな、キャベツ、えのきたけ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、〇マーメレード、干しいたけ、しょうが、カットわかめ	みりん、しょうゆ、食塩
29 火	<div></div> <div>昭 和 の 日</div> <div></div>					
30 水	ごはん 鶏肉オーロラ焼き キャベツごま和え じゃが芋みそ汁	保育乳 ちんびん バナナ	保育乳、鶏もも肉、〇調製豆乳、みそ、油揚げ、〇卵	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇黒砂糖、マヨネーズ、〇油、すりごま、砂糖	〇バナナ、キャベツ、にんじん、こまつな、カットわかめ	ケチャップ、みりん、しょうゆ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります