

2026年 4月 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
01 水	昼食	黒米ごはん さばのみそ煮 切干大根炒め なかみ汁 くだもの	米、黒米 油	さば、みそ 豚肉、こんぶ 豚中味	しょうが 切り干しだいこん、こんにゃく ねぎ、しいたけ、しょうが オレンジ
	おやつ	牛乳 お菓子詰め合わせ	ビスケット、せんべい	牛乳	
02 木	昼食	あわごはん 豚肉ビーマン炒め ひじき入り卵焼き ゆし豆腐汁 チーズ	米、きび 油 油	豚肉 卵、ひじき 豆腐、みそ パピーチーズ (Fe・Ca)	ビーマン、たまねぎ、にんじん、たけのこ ねぎ
	おやつ	おにぎり(わかめ・ごま)	米		いりごま
03 金	昼食	麦ごはん チキンの照り焼き 厚揚げと大根の煮物 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) くだもの	米、押麦 油、片栗粉	鶏肉 揚げ豆腐、豚肉 みそ、わかめ	にんにく だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ たまねぎ バナナ
	おやつ	牛乳 蒸しカステラ(黒糖)	強力粉(小麦)、黒糖	牛乳 牛乳	
04 土	昼食	ごはん クリームシチュー キャベツのツナサラダ ミートボール フルーツ缶	米 じゃがいも、油 ごまドレッシング(ごま・卵) 油	鶏肉、牛乳 ツナ ミートボール(乳・小麦・鶏・豚)	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しめじ キャベツ、きゅうり みかん
	おやつ	ヨーグルト飲料 ホットケーキ	ヨーグルトドリンク 牛乳、卵		
06 月	昼食	きつねうどん ちくわ磯辺揚げ 菜の花のごま和え くだもの	うどん(小麦) 小麦粉、油 ごま油	油揚げ(大豆)、わかめ ちくわ、あおのり	ねぎ なのほな、にんじん、ごま バナナ
	おやつ	おにぎり(みそ) チーズ	米	みそ パピーチーズ (Fe・Ca)	
07 火	昼食	トマトチキンカレー キャベツサラダ フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、油 ごまドレッシング(ごま・卵)	鶏肉 ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、コーン、にんにく キャベツ、きゅうり みかん
	おやつ	プリン ロールパン	プリン(乳・卵) ロールパン(小麦・卵・乳)		
08 水	昼食	麦ごはん 筑前煮 コロッケ みそ汁(もずく・ねぎ) くだもの	米、押麦 油 油、コロッケ(小麦・乳・大豆)	鶏肉 もずく、みそ	しいたけ、大根、かぶ、人参、きんぴら、さや、さくらんぼ、いんげん、しいたけ ねぎ オレンジ
	おやつ	牛乳 きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 豆乳、きな粉、脱脂粉乳	
09 木	昼食	あわごはん グルクンのいそべ揚げ いり豆腐 豚汁 ウエハース	米、きび 小麦粉、油 油、ごま油	卵、グルクン、あおのり 豆腐 豚肉、みそ	ほうれんそう、にんじん、しいたけ だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ
	おやつ	おにぎり(ツナマヨ)	ウエハース(乳・卵・小麦・大豆) 米、マヨネーズ(ノンエッグ)	ツナ	
10 金	昼食	麦ごはん 豚肉のしょうが炒め 大豆とひじきの煮物 みそ汁(冬瓜・ごまつな) くだもの	米、押麦 油	豚肉 大豆、ひじき みそ	たまねぎ、ビーマン、にんじん、しょうが にんじん、いんげん とうがんと、ごまつな バナナ
	おやつ	支那そばチャンプルー	沖縄そば、油	ツナ	たまねぎ、にら
11 土	昼食	あわごはん 牛肉のすき焼き風煮 蒸ししゅうまい みそ汁(だいこん・わかめ) フルーツ缶	米、きび	牛肉、揚げ豆腐 しゅうまい(小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま) みそ、わかめ	ほくさい、たまねぎ、こんにゃく、しめじ、にんじん、長 ねぎ だいこん パイナップル バナナ
	おやつ	バナナ ビスケット			
13 月	昼食	三色そぼろ丼 大根の五目煮 みそ汁(豆腐・えのき) くだもの	米、油、ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉 豚肉、大豆 豆腐、みそ	ほうれんそう、にんじん、しょうが だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ えのきだけ みかん
	おやつ	牛乳 きなこトースト	麦パン(小麦・乳)、バター(乳)、グラニュー糖	牛乳 きな粉、脱脂粉乳	
14 火	昼食	麦ごはん 赤魚の煮つけ 豆腐チャンプルー みそ汁(冬瓜・えのき) くだもの	米、押麦 油	あかうお 豆腐、豚肉 みそ	しょうが キャベツ、もやし、にんじん、にら とうがんと、えのきだけ バナナ
	おやつ	牛乳 ココアブラウニー(0-1歳児はきなこケーキ)	小麦粉、油、粉糖	牛乳 卵、牛乳	ココア
15 水	昼食	沖縄そば ジュウシーおにぎり ヨーグルト	沖縄そば(小麦・大豆) 米	豚三枚肉、豚だし膏、かまぼこ(大豆) 豚肉、ひじき ヨーグルト(乳)	ねぎ にんじん、にら、しいたけ
	おやつ	牛乳 お好み焼き	小麦粉、油、マヨネーズ(ノンエッグ)	牛乳 豚肉、卵、あおのり	キャベツ、ねぎ

* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります
* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします

2026年 4月 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
16 木	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	野菜ジュース ドーナツ	野菜ジュース(りんご・もも) ドーナツ(小麦・乳・卵・大豆)		
17 金	昼食	チャーハン チキンのから揚げ いんげんときのこの炒め物 わかめスープ(豆腐・コーン) くだもの	米、油、ごま油 小麦粉、油 油	豚肉 鶏肉 ベーコン(豚・乳・卵・大豆) 豆腐、わかめ	たまねぎ、ミックスベジタブル にんにく たまねぎ、いんげん、しめじ、にんじん、エリンギ コーン オレンジ
	おやつ	牛乳 ほろほろクッキー	小麦粉、グラニュー糖、バター(乳)、油	牛乳	
18 土	昼食	麦ごはん ハンバーグ パパイア炒め みそ汁(はくさい・えのき) ブルー	米、押麦 パン粉(小麦) 油	牛豚合びき肉、卵 豚肉 みそ	たまねぎ、にんじん パパイア、にんじん、いんげん はくさい、えのきだけ ブルー
	おやつ	おにぎり(昆布)	米	こんぶ、かつお節	
20 月	昼食	豚みそ丼 マカロニサラダ すまし汁(たけのこ・わかめ) くだもの	米、油、片栗粉 マヨネーズ(ノンエッグ)、マカロニ	豚肉、みそ わかめ	たまねぎ、ピーマン、にんじん、にんにく、しょうが キャベツ、コーン、きゅうり たけのこ、ねぎ バナナ
	おやつ	牛乳 芋てんぷら	さつまいも、小麦粉、油	牛乳 卵	
21 火	昼食	あわごはん ササミフライ 麩ちゃんブルー(キャベツ) みそ汁(だいこん・しめじ) くだもの	米、きび パン粉(小麦)、小麦粉、油 麩、油	卵、とりささみ 豚肉 みそ	キャベツ、もやし、にんじん、にら だいこん、しめじ オレンジ
	おやつ	おにぎり(鮭) チーズ	米	さけ ペビーチーズ(Fe・Ca)	いりごま
22 水	昼食	麦ごはん 酢豚 はるさめサラダ かき玉汁 ブルー	米、押麦 油、片栗粉 はるさめ、ごま油 片栗粉	豚肉 卵	たまねぎ、にんじん、パプリカ、ピーマン、 かぼちゃ(ゆで)、パプリカ、バナナ、ブルー、 にんじん、きゅうり ごまつな ブルー
	おやつ	牛乳 ジャムサンド	食パン(小麦)	牛乳	ブルーベリージャム
23 木	昼食	あわごはん さけの塩焼き とうがんウプシー みそ汁(玉ねぎ・わかめ) くだもの	米、きび 油、片栗粉	さけ 豆腐、豚肉 みそ、わかめ	とうがん、にんじん、いんげん たまねぎ バナナ
	おやつ	牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク(乳・大豆)	牛乳	
24 金	昼食	牛丼 切干大根のツナ和え みそ汁(豆腐・ごまつな) チーズ	米、油、片栗粉 ごま油	牛肉 ツナ 豆腐、みそ ペビーチーズ(Fe・Ca)	たまねぎ、ピーマン、にんじん、こんにゃく、しょうが きゅうり、にんじん、切り干しだいこん ごまつな
	おやつ	牛乳 おからバナナマフィン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	牛乳 卵、牛乳、おから	バナナ、レモン
25 土	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 ごぼうサラダ みそ汁(キャベツ・油揚げ) フルーツ缶	米、押麦 油、片栗粉 マヨネーズ(ノンエッグ)	豆腐、牛豚合びき肉、みそ みそ、油揚げ(大豆)	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、にんにく、しょうが ごぼう、きゅうり、にんじん、ごま キャベツ みかん、パイナップル
	おやつ	フライドポテト ゼリー	フライドポテト		
27 月	昼食	スパゲティーミートソース 胚芽食パン ひじきとキャベツのツナサラダ 冬瓜スープ ブルー	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 全粒粉パン(小麦・乳) ごま油	牛豚合びき肉 ツナ、ひじき	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、ピーマン、にんにく キャベツ、にんじん とうがん、えのきだけ、コーン ブルー
	おやつ	牛乳 焼きいも	さつまいも	牛乳	
28 火	昼食	麦ごはん 肉じゃが レバーの南蛮漬け みそ汁(豆腐・わかめ) くだもの	米、押麦 じゃがいも、油 小麦粉、片栗粉、油	豚肉 豚レバー 豆腐、みそ、わかめ	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、グリーンピース にんにく、しょうが オレンジ
	おやつ	いなり寿司(0~1歳児はおにぎり)	米	油揚げ	
30 木	昼食	ハヤシライス ブロッコリーと大豆のサラダ くだもの	米、油 マヨネーズ(ノンエッグ)	牛肉 大豆	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム ブロッコリー、にんじん バナナ
	おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 豆腐	

* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります

* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします



4月

きゅうしょくだより

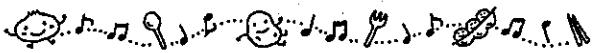
令和8年4月

この花ナーサリ

この花KidsRoom

ご入園・ご進級おめでとうございます

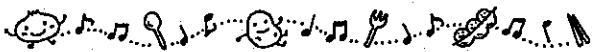
ドキドキわくわくの4月がスタートしました。新しいクラス、新しいお友達、新しい環境で、不安や緊張もあると思いますが、食事の時間だけは心落ち着くひとときであってほしいと思います。おいしいお食事、楽しい食事環境を作っていけるよう、今年度も頑張っていきたいと思っております。早く園での生活に慣れ、子どもたちがお友達との食事時間を楽しく過ごせますように…。今年度もどうぞよろしくお願い致します。



この花ナーサリの キッチンでは...

幼児食、離乳食（初期食・中期食・後期食）、おやつ、アレルギー対応食、行事食...などを作っています。

各クラスの子どもたちの発達に合わせた大きさや硬さでお食事を提供できるよう心がけています。



離乳食期のお子様へ

園では食物アレルギーによる事故予防の観点から、お子様をご家庭で未摂取の食材は基本的に園での提供ができません（保育所におけるアレルギー対応ガイドラインより）。その確認のため、毎月「離乳食食材チェック表」にお子様食べて問題のなかった食材に○のご記入をよろしくお願い致します。

月齢により食べられる食材も限られてくると思いますが、ぜひ積極的に食べ進めていただきますようご協力よろしくお願い致します。

～ 毎月第3木曜日は“お弁当の日” ～

当園では毎月第3木曜日がお誕生会&お弁当の日となっています（祝日や園行事等の関係で変更になることもあります）。子ども達が毎月楽しみにしているお弁当の日。楽しく安全にお食事ができるよう、下記の点にご注意いただきますようよろしくお願い致します。

<ご協力いただきたいこと>

- ◎プチトマトやブドウ、ミートボール、うずらの卵など誤嚥のリスクが高い球形のものは1/2～1/4程度の大きさにカットすること
- ◎一口サイズのカップゼリーやこんにゃくゼリーなどは誤嚥・窒息防止のため入れないこと
- ◎つまようじやピックなどは、安全に使える年齢になってから使用すること
(危険だと判断した場合には職員が事前に外させていただきます)



誤嚥・窒息・ケガ防止のため、ぜひご協力ください

