



# 2026年4月 幼児食予定献立表



愛の泉保育園

日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
1	水	胚芽米雑穀御飯 魚のキャロット焼き 野菜の煮物 若竹みそ汁 バナナ	ブルーベリータルト 酪農牛乳	入園・進級 おめでとうございます 美味しい給食たくさん 食べて、元気いっぱい 遊びましょうね!	赤魚 豚肉 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉 じゃが芋 パター タルト	人参 大根 いんげん 玉葱 葱 バナナ たけのこ
2	木	胚芽米雑穀御飯 ひじき佃煮 豚肉の生姜焼き ブロッコリーおかか和え ゆし豆腐汁 オレンジ	ふかし芋 酪農牛乳	胚芽米雑穀御飯には もちぎびと押麦が 入っています、普段の お食事でビタミン ミネラルを補います	ひじき 豚肉 糸削り節 ゆし豆腐 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま さつま芋	玉葱 ピーマン 赤ピーマン 生姜 ブロッコリー 葱 オレンジ
3	金	胚芽米雑穀御飯 チキンのケチャップ煮 ほうれん草ソテー かちゅー湯 グレープフルーツ	ちんすこう 酪農牛乳	保育園の手作り ちんすこう! 楽しみですね	鶏もも肉 ツナ缶 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび じゃが芋 小麦粉 ラード	玉葱 にんにく 生姜 トマト缶 ほうれん草 人参 長ねぎ グレープフルーツ
4	土	胚芽米御飯 肉野菜炒め 絹ごし豆腐のみそ汁 オレンジ	スイートポテト 酪農牛乳	4月は新しい環境に まだ慣れない為、食材を 小さくカットしたり 煮込んだり食べやすく 工夫しています	豚肉 絹ごし豆腐 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 スイートポテト	にんにく 生姜 キャベツ 人参 玉葱 赤ピーマン いら えのき オレンジ
6	月	和風そぼろ丼 大根サラダ ほうれん草のみそ汁 バナナ	みかんヨーグルト 星せんべい	和風そぼろは豚ミンチに 漬した豆腐を混ぜて 食べやすくしました 脂肪分は減って蛋白質 は多くなって栄養満点	刻みのり 豚ミンチ 沖縄豆腐 プレーンヨーグルト	胚芽米 すりごま せんべい マヨネーズ	人参 いんげん 乾燥椎茸 生姜 大根 胡瓜 ほうれん草 バナナ みかん缶
7	火	グリーンピース御飯 魚のカレー風味ムニエル ひじきイリチー キャベツのみそ汁 グレープフルーツ	キャロットケーキ 豆乳	生のグリーンピースが 美味しい季節です 洗って炊飯器に入れる だけで美味しく出来 上がりです!	赤魚 ひじき 豚肉 沖縄豆腐 卵 プレーンヨーグルト 調製豆乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉 バター	グリーンピース 人参 玉葱 いら キャベツ グレープフルーツ レーズン
8	水	沖縄そば 青菜の白和え オレンジ	味噌おにぎり	今日の給食は緑の仲間 が不足です、夕食は 野菜料理をお願いします	豚肉 かまぼこ 沖縄豆腐 ツナ缶 三枚肉 刻みのり	沖縄そば 白ごま 胚芽米 マヨネーズ	玉葱 人参 葱 ほうれん草 オレンジ
9	木	ハヤシライス グリーンサラダ ドライブルー 豆乳	ポロポロジュージー	意外ですがポロポロ ジュージー、人気メ ニューです、かわいい ですよ〜ジュージー が好きな園児たち。	豚肉 調製豆乳	胚芽米	玉葱 人参 えのき にんにく トマト缶 レタス コーン缶 いら ブルーン 乾燥椎茸
10	金	胚芽米雑穀御飯 鮭の照焼き 大根イリチー 南瓜のみそ汁 オレンジ	あんパン 酪農牛乳	鮭はたんぱく質が 豊富なお魚です、 幼児期の子供たちの 元気な体を作ります	鮭 豚肉 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび パン	大根 人参 いら 南瓜 玉葱 葱 オレンジ
11	土	胚芽米御飯 筑前煮 かちゅー湯 グレープフルーツ	青菜おにぎり 酪農牛乳	かつお節をそのまま 食べれるかちゅー湯 は体を元気にして くれます!	のり佃煮 鶏もも肉 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 さといも	大根 人参 いんげん 乾燥椎茸 長ねぎ グレープフルーツ
13	月	胚芽米雑穀御飯 チキンの照煮 パイアイリチー もずくのみそ汁 オレンジ	いなり寿司 酪農牛乳	もずくの美味しい時期 ですね、もずく丼や 酢の物、みそ汁も おすすめです!	鶏もも肉 ひじき 豚肉 もずく いなり油揚げ 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま	玉葱 大根 生姜 にんにく パパイア 人参 葱 オレンジ
14	火	チキンカレー ブロッコリー和え物 乳酸菌飲料	玄米棒 酪農牛乳	チキンカレーにレバー をプラスして鉄分を 強化しています	鶏もも肉 鶏レバー ツナ缶 酪農牛乳 乳酸飲料	胚芽米 じゃが芋 玄米棒 カレールー	にんにく りんご 生姜 ブロッコリー 玉葱 人参 コーン缶

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





# 2026年4月 幼児食予定献立表



愛の泉保育園

日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
15	水	胚芽米雑穀御飯 煮魚 納豆みそ 人参シリシリ わかめのすまし汁 グレープフルーツ	三月菓子 酪農牛乳	旧暦の3月3日浜下り です。少し早めですが 三月菓子持って 潮干狩りに行きたい ですね！	挽きわり納豆 赤魚 豚肉 卵 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま 小麦粉 ラード	生姜 人参 キャベツ にら グレープフルーツ
16	木	二色そぼろ丼 チーズ 愛の泉ファイトスープ バナナ	シークワサー ゼリー ビスケット	玉葱・人参・南瓜 キャベツを水で煮た ファイトスープ 野菜の甘味を感じて 子供達の味覚を育て ています	合ミンチ 卵 プロセスチーズ	胚芽米 ゼリー ビスケット	人参 玉葱 生姜 キャベツ 南瓜 バナナ
17	金	牛丼 納豆おろし和え キャベツのみそ汁 オレンジ	紅いもパン 酪農牛乳	納豆と大根おろしと ほうれん草と一緒に 和えた納豆おろし和え 人気メニューです	牛肉 挽きわり納豆 酪農牛乳	胚芽米 パン	玉葱 人参 まいたけ グリーンピース 大根 ほうれん草 キャベツ オレンジ
20	月	もずく丼 野菜の和え物 かちゅー湯 グレープフルーツ	シュガーラスク 酪農牛乳	人気メニューの もずく丼！簡単な のでお家でも作って みて下さいね	もずく 豚ミンチ 卵 ささみ 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 食パン	生姜 ピーマン 胡瓜 赤ピーマン キャベツ 人参 長ねぎ グレープフルーツ
21	火	胚芽米雑穀御飯 魚のパン粉焼き ブロッコリーソテー さつま芋のみそ汁 パイン缶	コーンの蒸しパン 酪農牛乳	サクサクした食感の 魚のパン粉焼き！ 噛んだ時の音を感じて 食べましょう！	赤魚 粉チーズ 鶏もも肉 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉 パン粉 バター さつま芋	にんにく 玉葱 人参 ブロッコリー 葱 パイン缶 クリームコーン缶
22	水	胚芽米雑穀御飯 納豆けずり和え 鶏とじゃが芋の 味噌ソースかけ ほうれん草お浸し きのこ卵のすまし汁 バナナ	乳酸菌飲料 胚芽ビスケット	ほうれん草は栄養素が 豊富な野菜です 柔らかくて子供たちが 食べやすいのでみそ汁 や炒め物、色々な料理に 使って下さいね	挽きわり納豆 油揚げ 糸削り節 鶏もも肉 卵	胚芽米 押麦 もちぎび じゃが芋 ビスケット	玉葱 生姜 にんにく 葱 ほうれん草 人参 えのき 生しいたけ バナナ
23	木	<b>お誕生会 (お弁当・すいとう)</b>	お誕生ケーキ 酪農牛乳	4月生まれ のおともだちへ おめでとうございます			
24	金	うどん汁 胡瓜とみかんの和え物 バナナ	味噌おにぎり 酪農牛乳	大好きなうどん汁 お肉もお野菜も色々 入って食べやすくて いいですね！	豚肉 油揚げ わかめ 三枚肉 刻みのり 酪農牛乳	うどん 胚芽米 シチューのルー	人参 玉葱 大根 乾燥椎茸 生姜 胡瓜 みかん缶 バナナ
25	土	胚芽米御飯 パンプキンシチュー わかめのすまし汁 グレープフルーツ	おにぎり 酪農牛乳	クリームシチューに ビタミン豊富な南瓜 を入れて免疫力を 高めます	鶏むね肉 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 じゃが芋	南瓜 人参 玉葱 キャベツ グレープフルーツ クリームコーン缶
27	月	胚芽米雑穀御飯 マーボー豆腐 ブロッコリーと ひじきのサラダ 大根のすまし汁 オレンジ	ツナサンド りんごジュース	ブロッコリーは子ども達 に人気のあるお野菜です 栄養価も高いので たくさん食べてね	豚ミンチ 沖縄豆腐 ささみ ひじき わかめ ツナ缶	胚芽米 押麦 もちぎび 食パン りんごジュース マヨネーズ	にんにく 生姜 玉葱 人参 乾燥椎茸 大根 グリーンピース レタス ブロッコリー オレンジ
28	火	胚芽米雑穀御飯 アーサの佃煮 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ かちゅー湯 ドライブルー	春の筍おにぎり	沖縄ではあまり みかけない筍、春が旬の お野菜です 食感を楽しみましょう	アーサ 豚肉 卵 ツナ缶 糸削り節 鶏もも肉 油揚げ	胚芽米 押麦 もちぎび じゃが芋 マヨネーズ	玉葱 ピーマン 生姜 赤ピーマン 胡瓜 人参 長葱 フルーン たけのこ 乾燥椎茸
30	木	胚芽米雑穀御飯 魚のコーン焼き 野菜イリチー もずくのみそ汁 バナナ	酪農牛乳 ジャムパン	沖縄県産のもずくの 美味しい季節です 酢の物、丼、みそ汁 色づら、ヒラヤーチー 色々調理して食べてね	赤魚 豚肉 もずく 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉 食パン いちごジャム マヨネーズ	クリームコーン缶 パセリ キャベツ 人参 いんげん ねぎ 玉葱 えのき バナナ

\* 朝の補食は3歳未満児のみです。

\* 材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。



# 2026年 4月 離乳食献立表

愛の泉保育園

月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

## 入園おめでとうございます

保育園の離乳食は、アレルギーの有無や子供達の不安を少しでも減らす様にお家で食べた事のある食材のみを提供しています。  
ご家庭での食べ方や進み具合や食材の事など保護者と担任と給食の先生たちとの連携を密に取り合い離乳食を楽しく安全に進めていきましょうね！



<p>13 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 ブロccoliー 南瓜 大根 かつお節</p>	<p>14 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお節 コーン ブロccoliー</p>	<p>15 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 赤魚 玉葱 人参 キャベツ かつお節 絹ごし豆腐 さつま芋</p>	<p>16 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 キャベツ かつお節 南瓜</p>	<p>17 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 大根 ほうれん草 キャベツ かつお節</p>	<p>18</p>
<p>20 お粥 ささみ煮物 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 ささみ 玉葱 人参 ピーマン キャベツ 南瓜 かつお節</p>	<p>21 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 赤魚 玉葱 人参 ブロccoliー さつま芋 鶏肉 かつお節</p>	<p>22 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 ほうれん草 かつお節 南瓜</p>	<p>23 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 南瓜 ブロccoliー かつお節</p>	<p>24 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 豚肉 玉葱 人参 大根 ブロccoliー さつま芋 かつお節</p>	<p>25 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 鶏肉 玉葱 人参 キャベツ 南瓜 かつお節</p>
<p>27 お粥 豆腐煮物 ブロccoliー煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 豆腐 玉葱 人参 グリンピース 大根 ささみ ブロccoliー かつお節 南瓜</p>	<p>28 お粥 豚肉の柔らか煮 じゃが芋の煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 豚肉 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 かつお節 さつま芋</p>	<p>29</p>	<p>30 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 赤魚 玉葱 人参 キャベツ インゲン 豚肉 かつお節</p>		

\* 材料、その他の都合により献立を一部変更する事があります。