

2026年 4月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
		1 タコライス 豆腐とコーンのスープ シークォーサーゼリー	2 胚芽ご飯 松風焼 ヒジキとモヤシのサラダ じゃが芋の味噌汁	3 スパゲティミートソース 小松菜と人参の胡麻和え オニオンスープ	4 胚芽ご飯 肉じゃが キュウリスティック キャベツのみそ汁
		カップケーキ 牛乳	スコーン 牛乳	鮭じゃこご飯 むぎちゃ	やぎいも
6 納豆ご飯 豚汁 胡瓜とトマトのツナサラダ グレープゼリー	7 胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ 五目大豆煮 アーサ汁 オレンジ ポテトフライ 牛乳	8 胚芽ご飯 ポークソテー 春野菜炒め 麩とわかめの味噌汁	9 胚芽ご飯 魚の竜田揚げ 大根サラダ 豆腐とニラの清し汁	10 ロールパン 鮭のムニエル キャベツサラダ 豆苗スープ	11 鶏てり焼き丼 りんごサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁
ホットケーキ 牛乳	人参ロールパン 味付けいりこ むぎちゃ	ちんすこう 牛乳	くふあじゅーレー むぎちゃ	紫芋チップ	
13 胚芽ご飯 白身魚の磯揚げ 人参しりしりー 麩とワカメのみそ汁	14 胚芽ご飯 魚の照り焼き ピーマンの細切炒め 大根の味噌汁	15 胚芽ご飯 ローストチキン ココロソテー もずくそうめん汁	16 おべんとう  ココアスティック 牛乳	17 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	18 五目ご飯 豆腐ちゃんぷるー えのきとしめじの味噌汁
シリアルクッキー 牛乳	いもてんぷら むぎちゃ	誕生日ケーキ 牛乳	おにぎり(ツナみそ) むぎちゃ	全粒粉ワッフル	
20 胚芽ご飯 麻婆豆腐 グリーンサラダ かきたま汁	21 胚芽ご飯 白身魚のコーンクリーム焼き きんぴら炒め しめじと玉葱の味噌汁	22 胚芽ご飯 鶏のレバ風味焼 ブロッコリーとコーン炒め わかめスープ	23 胚芽ご飯 豆腐のカレーあんかけ もずくサラダ 青梗菜とエノキの味噌汁	24 カレーライス 型抜きチーズ はんぺんのみつばのすまし汁	25 豚生姜焼き丼 胡瓜とわかめの酢の物 とろろ昆布汁
ぎなこトースト 牛乳	スイートポテト 豆乳	黒糖ケーキ 牛乳	プリン リッツクラッカー むぎちゃ	かぼちゃのボン・デ・ドーナツ 豆乳	胚芽ピザ
27 キッズピビンバ キャベツと竹輪の味噌汁 オレンジゼリー	28 胚芽ご飯 ハンバーグ ひじきの和え物 青菜と豆腐のすまし汁	29 昭和の日 	30 胚芽ご飯 魚の香味焼き 切干大根炒め そうめん汁		
メロンパン 牛乳	黒糖くずもち 牛乳		シリアル バナナ 牛乳		

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	合挽肉 アボカド 絹ごし豆腐 普通牛乳	精白米 油 片栗粉 シークアーサーゼリー シフォンケーキ	玉葱 レタス トマト パセリ ｺｰﾝ みつ葉
2	木	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 みそ ｷﾞﾗ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 胡麻 じゃがいも 薄力粉 有塩バター 生クリーム	玉葱 干しひじき もやし 胡瓜 人参 ねぎ
3	金	合挽肉 豚ﾊﾞｰﾝ ﾏﾞｽ 鮭 シラス	ｽﾊﾞｸﾞﾃﾞｲ(乾) 無塩バター オリーブ油 白炒りゴマ 三温糖 ごま油 サラダ油 片栗粉 精白米	玉葱 人参 トマト 胡瓜 小松菜 ﾍﾞﾝｼﾞ ｼﾒｼﾞ ねぎ 乾燥わかめ
4	土	ﾀﾞﾝｽ 豚ﾊﾞｰﾝ みそ	精白米 じゃがいも 本みりん 三温糖 油 おつゆ麩 焼き芋	ねぎ 玉葱 人参 ﾍﾞﾝｼﾞ ｼﾗﾀｷ ｷﾏﾞ
5	日			
6	月	挽きわり納豆 豚肩肉 みそ ｷﾞﾗ 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 オリーブ油 鉄ゼリー ｷｯｸｰ粉 無塩バター	ﾌﾞﾝｾﾝｱﾗのり 大根 人参 ﾞﾞﾓﾘ ｺﾝﾆﾔｸ ねぎ ｷﾏﾞ 胡瓜 トマト ﾂﾙﾝ
7	火	鯖 大豆 鶏挽肉 油揚げ 絹ごし豆腐 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 薄力粉 三温糖 じゃがいも 揚げ油	生姜 ねぎ ごぼう ｺﾝﾆﾔｸ 人参 干椎茸 さやいんげん ﾏﾞ(乾) ﾛﾚﾝｼﾞ
8	水	豚ﾊﾞｰﾝ ﾍﾞﾝｼﾞ みそ 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 サラダ油 おつゆ麩 人参ロールパン	生姜 キャベツ 白菜 人参 生しいたけ 乾燥わかめ ねぎ
9	木	鯖 ｷﾞﾗ 沖縄豆腐 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 胡麻 片栗粉 三温糖	大根 胡瓜 トマト ﾆﾗ ねぎ
10	金	鮭 ﾍﾞﾝｼﾞ 豚挽肉	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ 薄力粉 有塩バター 油 オリーブ油 三温糖 精白米 本みりん	キャベツ 胡瓜 人参 トウモロコシ ｼﾒｼﾞ 干椎茸 ﾞﾞﾓﾘ ねぎ
11	土	鶏挽肉 油揚げ みそ	精白米 本みりん 油 片栗粉 三温糖 紫芋チップ	生姜 みず菜 刻み海苔 りんご 胡瓜 ﾚｰｽﾞﾝ ﾚﾓｼﾞ 小松菜
12	日			
13	月	ｷﾝｸﾞ 卵 みそ 牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 おつゆ麩 シリアル(フロスト) ホットケーキ粉	青のり 人参 ﾍﾞｰﾝ ｺｰﾝ 玉葱 カットわかめ ねぎ
14	火	赤魚 みそ 豚挽肉 みそ 卵	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 じゃがいも 片栗粉 油 さつま芋 薄力粉 揚げ油	生姜 ﾍﾞｰﾝ 人参 もやし 大根 ｼﾒｼﾞ ねぎ
15	水	鶏挽肉 ﾗｲﾝﾊﾞｰ はんぺん 型抜きチーズ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 じゃがいも そろめん(乾)	生姜 にんにく ｺｰﾝ ｼﾒｼﾞ ﾏﾞｯｼﾞｰ 人参 玉葱 もずく ねぎ
16	木	沖縄豆腐 豚ひき肉 みそ 牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 片栗粉 三温糖 ごま油 カル鉄スティック	人参 玉ねぎ ｼﾒｼﾞ さやいんげん もずく 胡瓜 ﾘﾝｼﾞﾝ さい えのき
17	金	ソーキ かまぼこ 沖縄豆腐 ｷﾞﾗ 固形ｺｰｸﾞﾙﾄ みそ	沖縄そば 本みりん 三温糖 精白米	昆布(乾) 玉葱 花人参 ねぎ 胡瓜 ﾎｳﾚﾝ草 人参 滝連おむすびのり
18	土	鶏挽肉 沖縄豆腐 ｷﾞﾗ みそ	精白米 本みりん 油	人参 干しひじき ねぎ ｷﾏﾞ えのき ｼﾒｼﾞ
19	日			
20	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ 卵 きな粉 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 片栗粉 オリーブ油 ﾏﾞﾓﾘ 片栗粉 食パン 有塩バター	人参 長ねぎ ﾆﾗ 生姜 にんにく レタス 胡瓜 みつ葉
21	火	ｷﾝｸﾞ 卵 ﾍﾞﾝｼﾞ 豚肩肉 みそ 卵黄 豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 本みりん 三温糖 油 さつま芋 無塩バター 生ｸﾘｰﾑ	ｸﾞｰﾝ ﾍﾞﾝｼﾞ ｼﾗﾀｷ ﾞﾞﾓﾘ 人参 ﾆﾗ ｼﾒｼﾞ 玉葱 ねぎ
22	水	鶏挽肉 ﾍﾞﾝｼﾞ 絹ごし豆腐	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 ホットケーキ粉 黒砂糖粉 無塩バター	ﾍﾞﾝ ﾏﾞｯｼﾞｰ ｺｰﾝ キャベツ 玉葱 乾燥わかめ ねぎ
23	木		プリン リッツクラッカー	
24	金	豚肩肉 はんぺん 型抜きチーズ 卵 豆乳	胚芽米 米粒麦 もちきび じゃがいも 油 薄力粉 有塩バター 三温糖 ﾎﾝ・ﾃﾞﾛ ﾐｯｸｽ サラダ油 揚げ油	人参 南瓜 玉葱 りんご ﾍﾞﾝｼﾞ 根みつば
25	土	豚肩肉	精白米 本みりん 油 片栗粉 三温糖 おつゆ麩 胚芽ビスケット	玉葱 生姜 みず菜 胡瓜 乾燥わかめ ﾐｶｲ ところ昆布 ねぎ ﾍﾞﾝ
26	日			
27	月	豚挽肉 鶏挽肉 ちくわ みそ 普通牛乳	精白米 油 三温糖 ｷｯｸｰ粉 ﾛﾚﾝｼﾞゼリー メロンパン	長ねぎ 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 ｷﾏﾞ
28	火	合挽肉 卵 ｷﾞﾗ 絹ごし豆腐 きな粉 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 タピオカ粉 芋くず粉 黒砂糖粉	玉葱 干しひじき もやし ｷﾏﾞ ｷﾏﾞ 人参 えのき ﾎｳﾚﾝ草
29	水			
30	木	ホキ 豚ﾊﾞｰﾝ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん サラダ油 白ごま 三温糖 そろめん(乾) ﾘﾝｼﾞﾝ	大葉 切り干し大根 人参 干椎茸 ﾆﾗ ｼﾒｼﾞ みつ葉 ﾍﾞﾝ
	土			

☆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。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。