



# 令和8年 4月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	ぎいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
1	水	チキンカレー 野菜サラダ 若竹すまし汁 バナナ	ジャムサンド 豆乳	米 じゃが芋 食パン いちごジャム	鶏もも肉 鶏むね肉 鶏レバー わかめ かつお節 調製豆乳	にんにく 生姜 玉葱 人参 りんご レタス 胡瓜 ホールコーン缶 たけのこ水煮 バナナ	入園・進級 おめでとうございます 一緒に美味しい給食 をたくさん食べま しょうね!
2	木	雑穀御飯 魚のコーン焼き パパイヤ炒め じゃが芋の味噌汁 オレンジ	バナナケーキ 小魚 ミルク	米 もちきび 押麦 小麦粉 マヨネーズ じゃが芋	白身魚 豚バラ肉 かつお節 煮干し 卵 プレーンヨーグルト カエリ ミルク	クリームコーン缶 パセリ 青パパイヤ 人参 にら 玉葱 ねぎ オレンジ バナナ	淡泊な白身魚に コーンの甘みがプラス 美味しく仕上がります
3	金	沖縄そば ブロッコリー和え物 バナナ	味噌おにぎり 小魚	ゆで沖縄そば 米	豚肉 ちき揚げ かつお節 ツナ缶 豚三枚肉 きざみのり カエリ	ねぎ ブロッコリー 人参 バナナ	沖縄そばの日は 緑の仲間が不足です 夕食は野菜料理で お願いします
4	土	雑穀御飯 マーボー豆腐 胡瓜とみかんの和え物 ほうれん草のすまし汁 ブルー	ドーナッツ 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦	豚挽き肉 沖縄豆腐 わかめ かつお節 カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 乾燥椎茸 グリーンピース冷 胡瓜 みかん缶 ほうれん草 ブルー	保育園のマーボー 豆腐はお野菜も 入って優しいみそ味 で美味しいですよ
6	月	ハヤシライス 野菜サラダ わかめのすまし汁 ブルー	ふかし芋 小魚 豆乳	米 さつま芋	豚肉 豚レバー わかめ かつお節 カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 しめじ トマト缶 グリーンピース冷 レタス 胡瓜 トマト ブルー	ハヤシライスは 副菜も汁物も 果物と一緒に食べて バランスを整えます
7	火	煮込みうどん 南瓜甘煮 バナナ	春のたけのこ御飯 ミルク	うどん 米	豚肉 かつお節 煮干し 鶏もも肉 油揚げ ミルク	乾燥椎茸 玉葱 人参 キャベツ 南瓜 バナナ たけのこ水煮	たけのこご飯を 食べて春を感じ ましょう
8	水	雑穀御飯 納豆削りし和え 煮魚 人参シリシリ もずくの味噌汁 パン缶	サラダサンド 豆乳	米 もちきび 押麦 ロールパン マヨネーズ	納豆 糸削り節 白身魚 豚肉 卵 おきなわもずく かつお節 煮干し ささみ 調整豆乳 プロセスチーズ	生姜 人参 玉葱 ねぎ パン缶 キャベツ	サラダサンドは ささみもお野菜も 一緒に食べて 朝ごはんにも おすすめです
9	木	グリーンピース御飯 チキンの照焼き 大根の煮物 ほうれん草のみそ汁 ブルー	きなこクッキー 小魚 ミルク	米 もちきび じゃが芋 小麦粉 白ごま	鶏もも肉 豚肉 かつお節 煮干し 卵 きなこ カエリ ミルク	グリーンピース生 玉葱 生姜 にんにく 大根 人参 生しいたけ ほうれん草 ブルー	春はグリーンピー スが美味しい時期 です旬の物は栄養価 も高く、甘味があ って食べやすいので 苦手な克服するチャン ス!
10	金	和風そぼろ丼 ポパイサラダ アーサのみそ汁 オレンジ	ぶどうゼリー カルシウムウエハース 小魚	米 マヨネーズ ぶどうジュース カルシウムウエハース	きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 ツナ缶 乾燥あおさ かつお節 煮干し ゼラチン カエリ	いんげん 乾燥椎茸 人参 生姜 ほうれん草 ホールコーン缶 玉葱 しめじ オレンジ	そぼろにつぶした 豆腐を混ぜて 脂肪分は減らして 蛋白質を増やして います
11	土	クファージュシー 甘酢大根 豚汁 バナナ	ジャムパン ミルク	米 じゃが芋 ジャムパン	豚肉 ひじき かつお節 ミルク	乾燥椎茸 人参 ねぎ 大根 人参 ごぼう 玉葱 バナナ	豚汁にお野菜を たっぷり入れて 栄養バランスを 整えます
13	月	雑穀御飯 ホワイトシチュー 甘酢野菜 オレンジ	黒糖アガラサー ミルク	米 もちきび 押麦 じゃが芋 黒糖	鶏もも肉 鶏むね肉 スキムミルク 加工牛乳 牛乳 ミルク	玉葱 人参 キャベツ クリームコーン缶 大根 胡瓜 オレンジ レーズン	週のはじめは 食べやすいシチュー を準備しました
14	火	沖縄そば 大根サラダ バナナ	フーチバーシューシー 小魚	ゆで沖縄そば 白ごま 米	豚三枚肉 ちき揚げ かつお節 豚肉 カエリ	人参 玉葱 ねぎ 大根 胡瓜 ホールコーン缶 バナナ 人参 乾燥椎茸 よもぎ	ふーちばー(よもぎ)は 独特の香りが特徴 いろいろな効能を持つこと から「ハーブの女王」 とされているそうです
15	水	雑穀御飯 お豆腐ミートローフ 野菜イリチー 春ごぼうのみそ汁 ブルー	フルーツヨーグルト和 え ビスケット 小魚	米 もちきび 押麦 じゃが芋 砂糖 ビスコ	合挽き肉 沖縄豆腐 豚肉 鶏もも肉 かつお節 煮干し プレーンヨーグルト カエリ	玉葱 人参 にんにく 生姜 キャベツ いんげん ごぼう ねぎ ブルー みかん缶 パン缶	春ごぼうはやわらかくて お味噌汁やきんぴらに ぴったり ご家庭でもぜひ取り入 れてみて下さい!

\*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。






# 令和8年 4月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	ぎいろの食品 (カや熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考	
16	木	雑穀御飯 油味噌 魚のよもぎ天ぷら 春キャベツのごま和え ゆしどうふ汁 バナナ	キャロットケーキ 豆乳	米 もちぎび 押麦 小麦粉 すりごま	豚バラ肉 白身魚 卵 ささみ ゆし豆腐 かつお節 調製豆乳	よもぎ キャベツ 人参 ねぎ バナナ	今日のご飯のおともに アンドンスー(油味噌) 豚のうまみと甘辛みそ がたまりませんね	
17	金	もずく丼 じゃがバター キャベツの味噌汁 パイン缶	三月菓子 ミルク	米 じゃが芋 白ごま 小麦粉	おきなわもずく 豚挽き肉 卵 青のり粉 かつお節 煮干し ミルク	ピーマン 赤ピーマン キャベツ 人参 えのき ねぎ パイン缶	旧暦の3月3日は 浜下り(ハマウイ) おやつには三月菓子 を用意しています	
18	土	カレーチャーハン ブロッコリーおかか和え チーズ じゃが芋と玉葱の味噌汁 ブルー	スティックパン 小魚 豆乳	米 じゃが芋 スティックパン	卵 豚挽き肉 糸削り節 プロセス チーズ かつお節 煮干し カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 ピーマン ブロッコリー ねぎ ブルー	カレーの香りが食欲を そそるカレーチャーハン 副菜もしっかり食べてね	
20	月	親子丼 胡瓜とみかんの和え物 ほうれん草のみそ汁 ブルー	人参ホットケーキ ミルク	米 ホットケーキミックス はちみつ	きざみのり 鶏もも肉 卵 わかめ かつお節 煮干し 牛乳 ミルク	玉葱 人参 乾燥椎茸 生姜 ねぎ 胡瓜 みかん缶 ほつれん草 ブルー	休み明けの 月曜日は食べやすい 親子丼準備してます	
21	火	煮込みうどん お芋の甘醤油がらめ バナナ	おかかおにぎり 小魚 豆乳	うどん さつま芋 米 白ごま	鶏もも肉 油揚げ かつお節 煮干し 糸削り節 カエリ 調製豆乳	乾燥椎茸 人参 玉葱 キャベツ バナナ	お野菜も一緒に 食べれる 煮込みうどん! おかわりどうぞ~	
22	水	雑穀御飯 魚のムニエルカレー風味 タマナーちゃんぶるー もずくの味噌汁 オレンジ	ポテトフライ 小魚 豆乳	米 もちぎび 押麦 小麦粉 じゃが芋	白身魚 沖縄豆腐 豚肉 おきなわもずく かつお節 煮干し カエリ 調製豆乳	キャベツ 人参 玉葱 オレンジ	カレー風味の 味付けは 食欲が増しますね	
23	木	チキンケチャップライス ピーマンソテー 南瓜コーンスープ グレープフルーツ	たまごサンド ミルク	米 生クリーム 胚芽ロールパン マヨネーズ	鶏もも肉 豚肉 卵 ミルク	にんにく 玉葱 人参 ホールコーン缶 南瓜 グリーンピース冷 パセリ ピーマン 黄ピーマン クリームコーン缶 グレープフルーツ 胡瓜	ピーマンが苦手な子も まずは一口! チャレンジしてみてね	
24	金	雑穀御飯 納豆味噌 魚のタルタルパン粉焼き 人参シリシリ きのこのすまし汁 パイン缶	バームクーヘン 小魚 ミルク	米 もちぎび 押麦 マヨネーズ パン粉 バームクーヘン	納豆 白身魚 豚バラ肉 卵 かつお節 カエリ ミルク	らっきょう甘酢漬 人参 玉葱 ねぎ えのき しめじ 小松菜 パイン缶	甘酢らっきょうが アクセントに! パン粉焼き美味しく 仕上がります	
25	土	中華丼 じゃが芋煮ころがし わかめと玉葱の味噌汁 バナナ	あんぱん 小魚 ミルク	米 黒糖 じゃが芋 あんぱん	豚肉 むきえび 青のり粉 わかめ かつお節 煮干し カエリ ミルク	白菜 玉葱 人参 パクチョイ 乾きくらげ たけのこ水煮 バナナ	たんぱく質と野菜が たっぷり摂れる 中華丼は栄養満点!	
27	月	スパゲティーナポリタン コールスローサラダ アーサ汁 オレンジ	ふりかけおにぎり 小魚 豆乳	スパゲッティ マヨネーズ 米	ウインナー 乾燥あおさ かつお節 カエリ 調製豆乳	玉葱 人参 ピーマン しめじ トマト缶 キャベツ えのき ホールコーン缶 オレンジ	日本発祥のナポリタン トマトケチャップ味の スパゲティーです	
28	火	ポークカレー 胡瓜のおろし和え アーサ汁 バナナ	さつま芋ぜんざい 小魚	米 じゃが芋 押麦 黒糖 さつま芋	豚肉 豚レバー わかめ 乾燥あおさ かつお節 金時豆 カエリ	にんにく 生姜 玉葱 人参 しめじ りんご 大根 胡瓜 えのき バナナ	大好きなカレーライス 和え物を添えて バランスよく!	
30	木	お弁当会 					お弁当・お弁当 うれしいな~(^_^)	

\*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。

