

令和8年 4月 献立表

浅川保育園

日	献立名			あか	きいろ	みどり	栄養価		延長児のおやつ	
	午前 おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	3歳未満児	3歳以上児		
1水		パン チキンクリームスープ コーンとかにかまのサラダ	牛乳 サブレ	鶏肉 鉄強化牛乳 かに風味かまぼこ 牛乳	ロールパン じゃがいも スープの素 小麦粉 バター サラダ油 酢 砂糖 サブレ	にんじん 玉ねぎ パセリ スイートコーン きゅうり	I141* - :492kcal たんばく質:20g 脂質:22.4g 食塩相当量:1.9g	I141* - :555kcal たんばく質:23.6g 脂質:24.3g	あられ	
2木	16木		ごはん 麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 ビスケット	豆腐 豚ひき肉 赤みそ 牛乳	米 サラダ油 酒 しょうゆ 砂糖 トマトケチャップ 片栗粉 こま油 酢 ビスケット	にんじん たけのこ 玉ねぎ ねぎ しょうが きゅうり レモン果汁	I141* - :482kcal たんばく質:21.2g 脂質:18.7g 食塩相当量:1.1g	I141* - :539kcal たんばく質:23.4g 脂質:19.4g 食塩相当量:1.3g	かりんとう
3金	27月		ごはん 肉じゃが なめこのみそ汁	牛乳 クッキー	牛肉 煮干し みそ 牛乳	米 じゃがいも サラダ油 砂糖 しょうゆ クッキー	玉ねぎ にんじん グリーンピース なめこ ねぎ	I141* - :465kcal たんばく質:15.8g 脂質:17.5g 食塩相当量:1.2g	I141* - :521kcal たんばく質:16.7g 脂質:18g 食塩相当量:1.7g	あられ
4土	進級説明会									
6月	20月		ごはん カレー 野菜サラダ	牛乳 おかき おやつ昆布	牛肉 スキムミルク 牛乳 昆布	米 じゃがいも サラダ油 カレールー スープの素 酢 砂糖 しょうゆ おかき	にんじん 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり	米 じゃがいも サラダ油 砂糖 しょうゆ クッキー	I141* - :574kcal たんばく質:19g 脂質:19g 食塩相当量:2.4g	かりんとう
7火	21火		ごはん ハンバーグ ポイルキャベツ コーンスープ	牛乳 あられ おやついりこ	合ひき肉 卵 牛乳 いりこ	米 パン粉 サラダ油 トマトケチャップ しょうゆ ウスターソース 砂糖 スープの素 片栗粉 あられ	玉ねぎ にんじん キャベツ スイートコーン パセリ	I141* - :479kcal たんばく質:19.9g 脂質:17.3g 食塩相当量:1.5g	I141* - :541kcal たんばく質:21.7g 脂質:17.9g 食塩相当量:1.9g	クラッカー
8水	22水		ごはん 魚のたつた揚げ トマト きゅうりもみ 玉ねぎのすまし汁	牛乳 クッキー	白身魚 煮干し だし昆布 牛乳	米 しょうゆ 酒 片栗粉 サラダ油 クッキー	トマト きゅうり 玉ねぎ ねぎ にんじん	I141* - :451kcal たんばく質:19g 脂質:16.9g 食塩相当量:1.2g	I141* - :504kcal たんばく質:20.5g 脂質:17.3g 食塩相当量:1.4g	ビスケット
9木	23木		ごはん いり卵豆腐 チンゲンサイと油揚げのみそ汁	牛乳 *いちご蒸しパン	鶏ひき肉 さつま揚げ 豆腐 卵 油揚げ みそ 煮干し 牛乳	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ ホットケーキミックス いちごジャム	にんじん 玉ねぎ キャベツ グリーンピース チンゲンサイ	I141* - :477kcal たんばく質:20.4g 脂質:16.1g 食塩相当量:1.6g	I141* - :536kcal たんばく質:22.7g 脂質:16.4g 食塩相当量:2g	ウエハース
10金	24金		ごはん 鶏肉のてり煮 もやしとにんじんのごまあえ キャベツのみそ汁	牛乳 *ミルクもち	鶏肉 わかめ みそ 煮干し 牛乳 鉄強化牛乳 きな粉	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 こま 片栗粉	しょうが きゅうり もやし にんじん チンゲンサイ	I141* - :479kcal たんばく質:22.4g 脂質:18.8g 食塩相当量:1.2g	I141* - :540kcal たんばく質:24.9g 脂質:19.5g 食塩相当量:1.6g	カステラ
11土	25土		親子うどん バナナ	牛乳 せんべい	鶏肉 かまぼこ 卵 煮干し だし昆布 牛乳	米 うどん サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 せんべい	にんじん 玉ねぎ ほうれんそう バナナ	I141* - :422kcal たんばく質:18.1g 脂質:14.3g 食塩相当量:1.7g	I141* - :589kcal たんばく質:20.1g 脂質:12.9g 食塩相当量:1.8g	クッキー
13月	30木		ごはん チキンナゲット トマト 野菜スープ	固形ヨーグルト サブレ	鶏ひき肉 豆腐 鉄強化ヨーグルト 牛乳	米 マヨネーズ 酒 小麦粉 トマトケチャップ サラダ油 スープの素 クラッカー	トマト 玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ	I141* - :484kcal たんばく質:20.2g 脂質:19g 食塩相当量:1g	I141* - :532kcal たんばく質:21.4g 脂質:20g 食塩相当量:1.1g	おかき
14火	28火		ごはん 煮魚 切干大根の煮物 若竹汁	牛乳 *ホットケーキ	白身魚 さつま揚げ わかめ 煮干し だし昆布 牛乳 卵 スキムミルク	米 酒 砂糖 しょうゆ こま油 バター ホットケーキミックス サラダ油	しょうが 切干大根 にんじん さいいんげん たけのこ	I141* - :444kcal たんばく質:21.5g 脂質:13.1g 食塩相当量:1.8g	I141* - :495kcal たんばく質:24g 脂質:12.7g 食塩相当量:2.2g	ウエハース
15水			ごはん レバーのてり煮 にんじんしりしり なめこ豆腐のみそ汁	牛乳 かりんとう	鶏レバー 卵 まぐろ油漬 豆腐 煮干し みそ 牛乳	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 こま油 かりんとう	しょうが にんじん なめこ ねぎ	I141* - :419kcal たんばく質:20.8g 脂質:12.9g 食塩相当量:1.2g	I141* - :505kcal たんばく質:24.6g 脂質:15.9g 食塩相当量:1.5g	あられ
17金	誕生会		たけのごはん 鶏のから揚げ トマトときゅうりのサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	プリン	鶏肉 油揚げ だし昆布 豆腐 わかめ 煮干し 牛乳	米 しょうゆ 酒 砂糖 片栗粉 上新粉 サラダ油 酢 プリン	にんじん たけのこ さいいんげん しょうが トマト きゅうり ねぎ ネーブルオレンジ	I141* - :506kcal たんばく質:23.5g 脂質:22.1g 食塩相当量:1.9g	I141* - :548kcal たんばく質:25.2g 脂質:22.7g 食塩相当量:2.2g	ドーナツ
18土			イタリアンスパゲッティ えのきたけのスープ	牛乳 丸ボーロ	ベーコン チーズ 牛乳	ロールパン スパゲッティ サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース バター スープの素 丸ボーロ	にんじん 玉ねぎ セロリ ピーマン えのきたけ ねぎ	I141* - :381kcal たんばく質:15.7g 脂質:12.9g 食塩相当量:2.2g	I141* - :523kcal たんばく質:19.7g 脂質:15.6g 食塩相当量:2.9g	せんべい

エネルギーに延長のおやつは含まれません。

※マヨネーズは、卵・乳不使用のマヨドレを使用しています。

月平均栄養価	年齢	区分	I141* - Kcal	たんばく 質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食塩相当 量 g
								A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	
未満児	基準量	470	15~23	11~16	210	2.0	200	0.20	0.30	18	1.3未満	
		平均栄養価	464(494)	19.6	17	289	1.9	402	0.23	0.43	16	1.5
以上児	基準量	570	18~29	13~19	270	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6未満	
		平均栄養価	536(567)	21.6	17.6	250	2.4	460	0.25	0.4	19	1.9

ご入園、ご進級おめでとうございます。  
 子ども達も新しい環境でしばらくは落ち着かないかもしれませんが、少しずつ慣れ、毎日の給食を楽しみに登園できるようにすると良いと思います。