



# 4月 献立表



令和8年

みらいのこども保育園

日	曜	献立名				あか	きいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	おやつ	補食	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1	水	ビスケット 麦茶	ご飯 コンソメスープ ポークカレー 白菜のサラダ ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	ジャムサンドク ラッカー 麦茶	高野豆腐 豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 グレープフルーツゼリーの素 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター マシュマロ マンナビスケット	しめじ 人参 玉ねぎ 白菜 小松菜	水 チキンスープの素 塩 カレールー 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
2	木	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 味噌汁 厚揚げのうま煮 トマトドレッシング和え オレンジ	ショートブレッド 牛乳	ヨーグルト 麦茶	味噌 厚揚げ 鶏肉 牛乳	米 小切魁 ごま油 砂糖 片栗粉 薄力粉 上新粉 無塩バター さつま芋	干しいたけ もやし ほうれん草 昆布 大根 人参 キャベツ きゅうり オレンジ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング 麦茶
3	金	蒸しじゃが芋 麦茶	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの味噌照り焼き バナナ 麦茶	チーズ入りパンケーキ 牛乳	せんべい 麦茶	鶏肉 油揚げ さわか 味噌 チーズ 牛乳	米 砂糖 薄力粉 油 じゃが芋	干しいたけ 人参 コーン さわらんとどう 焼きのり 白菜 みつば 昆布 パナナ	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
4	土	せんべい 麦茶	鶏井 味噌汁 スパゲティサラダ グレープフルーツ 麦茶	きな粉蒸しパン 麦茶		鶏肉 味噌 きな粉	米 油 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 干しいたけ 大根 長ねぎ ほうれん草 昆布 コーン グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶 ベーキングパウダー
6	月	ウエハース 麦茶	ふりかけご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 納豆和え チーズ 麦茶	麩のラスク 牛乳	おにぎり 麦茶	煮干し かつお節 味噌 鶏肉 納豆 チーズ 牛乳	米 片栗粉 油 小切魁 無塩バター 砂糖 グラニュー糖 ウエハース	干しいたけ キャベツ 玉ねぎ わかめ 昆布 しょうが 大根 人参 小松菜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
7	火	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 コンソメスープ ペーコン入りオムレツ フレンチサラダ パナナ 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	ビスケット 麦茶	鶏卵 ベーコン 牛乳 煮干し	米 無塩バター 油 砂糖 じゃが芋	南瓜 しめじ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 プロccoli もやし パナナ わかめご飯の素	水 チキンスープの素 塩 トマケチャップ 穀物酢 麦茶
8	水	人参煮 麦茶	ふりかけご飯 味噌汁 たらの香味焼き マカロニサラダ バイナップル 麦茶	バナナパンケーキ 牛乳	ポテト 麦茶	煮干し かつお節 高野豆腐 味噌 たら 牛乳	米 さつま芋 ごま油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 わかめ きゅうり 人参 バイナップル パナナ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩 麦茶 ベーキングパウダー
9	木	蒸しかぼちゃ 麦茶	麦ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あんかけ キャベツお浸し チーズ 麦茶	マフィン 牛乳	ジャムサンドク ラッカー 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 かつお節 チーズ 牛乳	米 押し麦 薄力粉 砂糖 片栗粉 無塩バター 薄力粉	干しいたけ 大根 えのき茸 長ねぎ 昆布 玉ねぎ キャベツ 小松菜 南瓜	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 麦茶 ベーキングパウダー
10	金	ビスケット 麦茶	ご飯 コンソメスープ チキンソテー 人参ドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	五平餅 牛乳	ヨーグルト 麦茶	鶏肉 味噌 牛乳	米 じゃが芋 薄力粉 無塩バター 砂糖 マンナビスケット	人参 セロリ パセリ 大根 ほうれん草 コーン オレンジ	水 チキンスープの素 塩 人参ドレッシング 麦茶 みりん
11	土	クラッカー 麦茶	中華丼 中華スープ ピーマン中華サラダ グレープフルーツ 麦茶	コーン蒸しパン 麦茶		豚肉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ピーマン 油 薄力粉 クラッカー	白菜 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 切干大根 干しいたけ わかめ きゅうり グレープフルーツ コーン	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
13	月	蒸しじゃが芋 麦茶	ふりかけご飯 味噌汁 ぶりの塩こうじ焼き 小松菜の和え物 バイナップル 麦茶	ゼリー(青りんご味) クラッカー 麦茶	おにぎり 麦茶	煮干し かつお節 高野豆腐 味噌 ぶり	米 塩こうじ 青りんごゼリーの素 クラッカー じゃが芋	干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 昆布 しょうが 小松菜 白菜 人参 バイナップル	水 料理酒 万能つゆ 麦茶 塩
14	火	蒸しさつま芋 麦茶	ミートソースパゲティ コンソメスープ コーンサラダ グレープフルーツ 麦茶	いちごジャムの蒸しまん じゅう 牛乳	せんべい 麦茶	豚肉 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 いちごジャム さつま芋	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ もやし きゅうり コーン グレープフルーツ	トマケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水 麦茶 ベーキングパウダー
15	水	クラッカー 麦茶	わかめご飯 味噌汁 しらすとチーズの玉子焼き 大根のきんぴら チーズ 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	ポテト 麦茶	味噌 鶏卵 しらす チーズ 牛乳	米 じゃが芋 小切魁 砂糖 油 薄力粉 クラッカー	わかめご飯の素 干しいたけ 小松菜 昆布 玉ねぎ 大根 人参 グリーンピース	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 麦茶 ベーキングパウダー ココア
16	木	人参煮 麦茶	カレーうどん ほうれん草の和え物 パナナ 麦茶	焼き芋 牛乳	ビスケット 麦茶	豚肉 油揚げ 牛乳	うどん 片栗粉 砂糖 さつま芋	玉ねぎ 人参 長ねぎ 昆布 ほうれん草 もやし パナナ	料理酒 こいくちしょうゆ みりん カレールー 塩 水 麦茶
17	金	チーズ 麦茶	野菜パン コンスープ コロケ 白菜のマリネ ジョア 麦茶	おかかおにぎり 麦茶	ジャムサンドク ラッカー 麦茶	ジョア かつお節 煮干し チーズ	野菜パン コロケ 油 片栗粉 砂糖 米	玉ねぎ コーン 白菜 人参 きゅうり パセリ	水 シチューフレーク 中濃ソース 穀物酢 塩 麦茶 こいくちしょうゆ
18	土	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の炒め物 切干大根サラダ オレンジ 麦茶	ゼリー(グレープフルーツ 味) せんべい 麦茶		厚揚げ 味噌 鶏肉	米 小切魁 油 砂糖 ごま油 グレープフルーツゼリーの素 せんべい クラッカー	干しいたけ キャベツ 昆布 玉ねぎ 人参 切干大根 コーン オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 麦茶
20	月	せんべい 麦茶	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き じゃが芋の煮物 バイナップル 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	ヨーグルト 麦茶	高野豆腐 味噌 赤魚 きな粉 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 マカロニ せんべい	キャベツ 塩昆布 干しいたけ 大根 人参 昆布 しょうが 玉ねぎ グリーンピース バイナップル	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ 麦茶
21	火	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 肉豆腐 プロccoliーサラダ チーズ 麦茶	ふりかけおにぎり 麦茶	せんべい 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 チーズ ふりかけかつお 煮干し	米 油 砂糖	干しいたけ キャベツ えのき茸 小松菜 昆布 玉ねぎ 人参 プロccoliー 白菜 コーン	水 万能つゆ みりん 穀物酢 塩 麦茶
22	水	蒸しさつま芋 麦茶	玄米入りご飯 味噌汁 ハンバーグ ごぼうサラダ パナナ 麦茶	ジャムヨーグルト ビスケット 麦茶	ポテト 麦茶	味噌 豚肉 木綿豆腐 ヨーグルト スキムミルク	米 玄米 小切魁 薄力粉 片栗粉 卵パン ノンエッグマヨネーズ 砂糖 マンナビスケット さつま芋	干しいたけ 南瓜 長ねぎ 昆布 玉ねぎ ごぼう キャベツ パプリカ パナナ りんごソース	水 塩 トマケチャップ 中濃ソース 麦茶
23	木	ビスケット 麦茶	ハヤシライス コンソメスープ 白菜の塩こうじドレッシングサラダ ゼリー(青りんご味) 麦茶	じゃが芋餅 牛乳	おにぎり 麦茶	豚肉 牛乳	米 油 塩こうじ 砂糖 青りんごゼリーの素 じゃが芋 片栗粉 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 ダイオマト しめじ キャベツ プロccoliー 白菜 青のり	水 ハヤシフレーク チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶 万能つゆ
24	金	大根煮 麦茶	ふりかけご飯 味噌汁 ひじきとねぎの玉子焼き なめたけ和え グレープフルーツ 麦茶	お誕生日ケーキ ジョア	ビスケット 麦茶	煮干し かつお節 高野豆腐 味噌 鶏卵 干しえび 牛乳 ジョア	米 さつま芋 ごま油 砂糖 無塩バター 薄力粉 いちごジャム	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 ひじき 長ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 なめ茸 グレープフルーツ 大根	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶 ベーキングパウダー
25	土	せんべい 麦茶	豚井 味噌汁 もやしの和え物 オレンジ 麦茶	ジャムサンドク ラッカー 麦茶		豚肉 厚揚げ 味噌	米 油 砂糖 いちごジャム クラッカー せんべい	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ チンゲン菜 わかめ 昆布 もやし 人参 コーン オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 人参
27	月	蒸しじゃが芋 麦茶	きつねうどん かぼちゃサラダ パナナ 麦茶	チャーハン 牛乳	ヨーグルト 麦茶	油揚げ 豚肉 牛乳	うどん ノンエッグマヨネーズ 米 ごま油 じゃが芋	ほうれん草 人参 玉ねぎ 南瓜 きゅうり レーズン パナナ コーン グリーンピース	万能つゆ こいくちしょうゆ 塩 水 麦茶 チキンスープの素
28	火	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 中華スープ マーボー春雨 プロccoliーの和え物 チーズ 麦茶	パンラスク 牛乳	ジャムサンドク ラッカー 麦茶	豚肉 味噌 チーズ 牛乳	米 ごま油 春雨 砂糖 片栗粉 卵パン 無塩バター グラニュー糖 さつま芋 食パン	玉ねぎ えのき茸 にももやし 人参 長ねぎ しょうが にんにく プロccoliー 白菜	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
30	木	せんべい 麦茶	ふりかけご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 白菜のゆかり和え バイナップル 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	ポテト 麦茶	煮干し かつお節 味噌 鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ウエハース せんべい	干しいたけ なめこ わかめ 昆布 大根 人参 白菜 チンゲン菜 ゆかり バイナップル ぶどうジュース アガー	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶