

令和7年4月 給食献立表 あい保育園祇園

3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質	エネルギーたんぱく質	
1(火)	麸ラスク 牛乳	ごはん 塩肉じゃが ひじきのサラダ 豆腐の味噌汁	チーズ クッキー 牛乳	牛乳 牛ひき肉 豚ひき肉 ひじき 高野豆腐 豆腐 チーズ	☆ バター 三温糖 米 じゃがいも しらたき マヨネーズ 薄力粉	にんじん たまねぎ こまつな とうもろこし えのきたけ ねぎ	465kcal 17.4g	600kcal 21.9g	
2(水)	じゃがバター 牛乳	ごはん 豚ニラ炒め スパゲティサラダ もずくスープ	バナナ パウンドケーキ 牛乳	牛乳 豚肉 鶏卵 もずく 豆乳	じゃがいも バター 米 スパゲティ マヨネーズ ごま油 薄力粉 三温糖	たまねぎ にんじん にはら こまつな えのきたけ ねぎ バナナ	495kcal 18.0g	629kcal 22.6g	
3(木)	みかん ヨーグルト	ごはん セサミチキン 切干大根の煮物 お芋汁	豆腐ケーキ 牛乳	ヨーグルト 鶏肉 油あげ 豆腐 牛乳	米 白ゴマ 油 三温糖 さつまいも 薄力粉 バター	みかん缶 切り干し大根 にんじん チンゲンサイ ごぼう ねぎ しめじ	413kcal 15.0g	586kcal 21.4g	
4(金)	入園・進級おめでとう会 🌸			牛乳 鶏肉 油あげ 卵 さけ 豆腐 こしあん 豆乳	食パン 三温糖 米 バター パン粉 薄力粉	にんじん しいたけ パセリ しめじ さやえんどう キャベツ こまつな	483kcal 21.0g	582kcal 26.3g	
	ココアトースト 牛乳	お祝い寿司 鮭の香草焼き 春キャベツのスープ	紅白 まんじゅう 牛乳						
5(土)	人参 スティック 牛乳	中華丼 豆腐のコロコロサラダ あおさのみそ汁	スイートポテト 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 ひじき 油揚げ あおさ	油 三温糖 米 白ごま さつまいも バター	にんじん たまねぎ こまつな はくさい きゅうり ねぎ	431kcal 16.0g	587kcal 22.0g	
7(月)	豆乳蒸しパン 牛乳	きのこの和風パスタ 納豆和え 若竹汁	きな粉ドーナツ 牛乳	豆乳 牛乳 豚肉 きな粉 挽きわり納豆 かつお節 若布 油揚げ 豆腐	薄力粉 三温糖 スパゲティ バター じゃがいも ホットケーキミックス 油	しめじ エリンギ たまねぎ ほうれんそう 青じそ こまつな もやし にんじん	464kcal 18.6g	577kcal 23.0g	
8(火)	ボン菓子 牛乳	ごろごろチーズパン 鶏肉のトマト煮 シルバーサラダ オレンジ	菜めしむすび 牛乳	牛乳 豆乳 チーズ 鶏肉 ひじき ちりめんじゃこ	強力粉 三温糖 バター じゃがいも かたくり粉 はるさめ マヨネーズ 米	たまねぎ こまつな トマト缶 きゅうり にんじん オレンジ	477kcal 17.6g	585kcal 22.5g	
9(水)	セサミポテト 牛乳	ごはん ハンバーグ アップル寒天 さつま芋のマリネ	マーラーカオ 牛乳	牛乳 豚ひき肉 豆腐 鶏卵 豆乳 寒天	じゃがいも ごま 米 パン粉 三温糖 さつまいも 油 コーンスターチ 薄力粉 バター	たまねぎ アップルジュース きゅうり にんじん 青じそ レーズン	457kcal 16.9g	598kcal 21.1g	
10(木)	グレーゼリー 牛乳	ごはん 切干大根のサラダ シャーマンオムレツ 新玉ねぎのコンソメスープ	オレンジ ココアケーキ 牛乳	ゼラチン 牛乳 鶏卵 チーズ ベーコン 鶏肉 豆腐 おから	三温糖 米 じゃがいも 油 白ごま ごま油 ホットケーキミックス バター	グレープジュース たまねぎ こまつな にんじん 切り干し大根 ゆうり ねぎ オレンジ	433kcal 16.5g	576kcal 20.5g	
11(金)	マヨトースト 牛乳	ごはん 鶏肉の南部焼き ほうれん草の白和え のっぺい汁	ブルーベリー スコーン 牛乳	牛乳 鶏肉 豆腐 鶏肉 油あげ 豆乳	食パン 米 ごま 三温糖 里芋 油 かたくり粉 薄力粉 バター ブルーベリージャム	ほうれんそう はくさい にんじん 大根 白ねぎ	464kcal 19.5g	586kcal 23.5g	
12(土)	きな粉がけ 牛乳寒天	しょうゆラーメン 大根のきんぴら風 バナナ	チーズむすび 牛乳	牛乳 寒天 きな粉 豚肉 ひじき チーズ	三温糖 中華麺 ごま油 米	もやし こまつな ねぎ 大根 にんじん バナナ	426kcal 15.6g	575kcal 21.1g	
14(月)	マカロニ きなこ 牛乳	豚しらす丼 ハンサンスー 味噌クリームスープ	抹茶と小豆の マフィン 牛乳	きな粉 牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ 鶏卵 ベーコン 豆乳 あずき缶 おたふく豆煮	マカロニ 三温糖 米 はるさめ ごま油 薄力粉 バター 油	たまねぎ にんじん こまつな しめじ きゅうり はくさい	476kcal 18.3g	611kcal 22.8g	
15(火)	ココア 蒸しパン 牛乳	ごはん 鶏手羽元の中華煮 マカロニサラダ 生姜スープ	ジャムクッキー 牛乳	牛乳 鶏手羽元 ハム ひじき 豆腐 鶏卵	薄力粉 三温糖 米 じゃがいも ごま油 マカロニ マヨネーズ バター いちごジャム	にんじん きゅうり レタス えのきたけ しょうが	494kcal 18.2g	577kcal 19.3g	
16(水)	青のり 麸ラスク 牛乳	ごはん 人参シリシリ 豚肉のしょうが焼き きのこのすまし汁	フレンチ トースト 牛乳	あおのり 牛乳 豚肉 鶏卵 豆腐 豆乳	☆ バター 米 三温糖 ごま油 食パン	たまねぎ もやし しょうが にんじん しめじ なめこ こまつな	434kcal 18.6g	575kcal 24.2g	
17(木)	大根 スティック 牛乳	誕生日会 ☆ランチプレート☆	いちごパイ 牛乳	牛乳 鶏肉 油あげ 花かつお 豆腐 鶏ひき肉 ひじき 鶏卵	米 パン粉 三温糖 コマ ごま油 マヨネーズ パイ皮 薄力粉	大根 にんじん まいだけ たまねぎ 切り干し大根 こまつな りんご いちご	452kcal 18.5g	622kcal 24.2g	
18(金)	広島の特産物見つけ “アスパラガス”			牛乳 レバー 鶏肉 ひじき 花かつお 豆乳	食パン バター 三温糖 米 油 ごま油 かたくり粉 じゃがいも 薄力粉 ブルーベリージャム	しょうが にはら たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ アスパラガス	439kcal 18.0g	532kcal 21.3g	
	ラスク 牛乳	ごはん ニラレバ おかか和え アスパラのみそ汁	ブルーベリー パウンド 牛乳						
19(土)	きなこ ヨーグルト	マーボー丼 高野豆腐の煮物 海藻スープ	ココア スコーン 牛乳	きな粉 ヨーグルト 豚ひき肉 豆腐 ひじき 高野豆腐 油あげ 若布 あおさ もずく 牛乳	三温糖 米 ごま油 かたくり粉 薄力粉 バター	ねぎ にんじん こまつな ねぎ	418kcal 17.7g	575kcal 23.3g	
21(月)	きなこ トースト 牛乳	すみれ組 ♪リクエスト献立♪	じゃが丸くん 牛乳	きな粉 肉 寒天 ハムののり あおのり チーズ	食パン バター 三温糖 じゃがいも 米 ごま油 白ゴマ かたくり粉	にんじん たまねぎ グリーンピース バナナ みかん缶 グレープジュース もやし きゅうり ねぎ	465kcal 18.2g	552kcal 20.9g	
22(火)	おさつバター 牛乳	きつねうどん ねばねばサラダ バナナ	天かすむすび 牛乳	牛乳 鶏肉 油あげ 挽きわり納豆 かつお節 塩昆布	さつまいも バター うどん 三温糖 米 天かす 白ゴマ	ねぎ こまつな もやし にんじん オクラ なめこ バナナ	468kcal 18.6g	573kcal 23.3g	
23(水)	豆乳寒天 牛乳	ごはん 炒り煮 もやしのナムル コンソメスープ	ポテサラ サンド 牛乳	豆乳 寒天 牛乳 豆腐 鶏ひき肉 レバー 鶏卵 ちりめんじゃこ ひじき 若布 ハム	三温糖 いちごジャム 米 油 白ゴマ ごま油 食パン じゃがいも マヨネーズ	にんじん グリンピース もやし にはら たまねぎ とうもろこし	456kcal 18.7g	557kcal 22.9g	
24(木)	オレンジ ゼリー 牛乳	ココパン 春野菜シチュー 高野豆腐のサラダ	大学芋風 牛乳	ゼラチン 牛乳 鶏肉 豆乳 高野豆腐 ハム	三温糖 じゃがいも 薄力粉 マヨネーズ さつまいも 油 黒ゴマ	オレンジジュース アガ かしら キャベツ にんじん たまねぎ もやし こまつな	442kcal 18.3g	555kcal 22.9g	
25(金)	子どもの日の集い 🎈			きな粉 牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 ひじき チーズ	薄力粉 三温糖 もち米 米 ごま油 油 春巻きの皮 じゃがいも マヨネーズ 薄力粉	しいたけ にんじん だけのこ しょうが もやし こまつな しめじ たまねぎ ねぎ	452kcal 18.0g	549kcal 23.9g	
	黒ゴマ 蒸しパン 牛乳	ちまき 肉野菜炒め 筍のすまし汁	お祝いかぶと 牛乳						
26(土)	ココア 麸ラスク 牛乳	塩焼きそば ひじきの和え物 油揚げの味噌汁	じゃこ入り 焼きおむすび 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 油あげ 豆腐 若布 ちりめんじゃこ	☆ 三温糖 バター 焼きそば 米 白ゴマ	にんじん キャベツ もやし えのきたけ きゅうり とうもろこし たまねぎ ねぎ	526kcal 19.0g	614kcal 22.0g	
28(月)	マカロニ みたらし 牛乳	ごはん 麸のすまし汁 ちくわの天ぷら 焼きビーフン	メロンパン風 トースト 牛乳	牛乳 竹輪 あおのり 鶏卵 豚肉 ひじき 豆腐	マカロニ 三温糖 かたくり粉 米 薄力粉 油 ビーフン ごま油 さつまいも 食パン バター	にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ ねぎ	469kcal 15.2g	577kcal 18.8g	
30(水)	ブルーベリー ジャムサンド 牛乳	ごはん 豆腐のカレー炒め フレンチサラダ トマトスープ	うさぎ あんぱん 牛乳	牛乳 豆腐 豚肉 ハム 鶏卵 豆乳 こしあん	食パン ブルーベリージャム 米 じゃがいも 三温糖 かたくり粉 油 強力粉 バター 黒ゴマ	にんじん たまねぎ グリーンピース キャベツ もやし こまつな トマト しめじ えのきたけ	486kcal 17.9g	612kcal 21.6g	
※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。 ※ 午前のおやつは、3歳未満児のみとなります。							1か月平均	459kcal 17.8g	583kcal 22.3g