



4月の献立表

令和8年度
認定こども園わだ

日付	献立	材 料 名				3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
1水	ビビンバ 豆腐と玉ねぎのスープ バナナ	米、ごま、砂糖、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉	もやし、ほうれんそう、バナナ、にんじん、たまねぎ、わかめ、にんにく	しょうゆ、中華味、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳 市販菓子
2木	ナポリタン コンソメスープ オレンジ	スパゲティ、油	〇牛乳、ウインナー、牛乳	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、ピーマン、コーン、にんじん	ケチャップ、ソース、コンソメ	牛乳 市販菓子
3金	豚丼 じゃが芋ともやしのみそ汁 バナナ	米、じゃがいも、油、片栗粉、砂糖	〇牛乳、豚肉、みそ、油揚げ	バナナ、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、えのきたけ、ねぎ、にんにく、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酒	牛乳 市販菓子
4土	五目うどん	ゆでうどん	〇牛乳、油揚げ	たまねぎ、にんじん、わかめ、こまつな	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳 市販菓子
6月	ご飯 マーボー豆腐 きゅうりとカニカマの酢の物 バナナ	米、〇小麦粉、〇三温糖、〇油、砂糖、ごま、片栗粉、油、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、〇卵、かにかまぼこ、みそ	バナナ、きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、たけのこ、しいたけ、わかめ、にんにく、しょうが	酢、しょうゆ、中華味、〇しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、〇ペーキングパウダー	牛乳 マーラーカオ
7火	ご飯 鮭の照り焼き もやしと卵のナムル じゃがいもとほうれん草のみそ汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、ごま、ごま油、〇スナックステックパン(さつま芋)	〇牛乳、さけ、卵、脱脂粉乳、みそ	もやし、ほうれんそう、にんじん、しめじ	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳 スナックスティックパン(さつま芋)
8水	カレーライス ブロッコリーの玉ねぎドレッシング ヨーグルト	米、じゃがいも、油、砂糖	〇牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、ハム	〇りんご、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、福神漬、〇バナナ	カレーウ、酢、食塩	牛乳 フルーツ(りんご) 0,1歳児(バナナ)
9木	ご飯 ひじきの卵焼き 人参とごぼうのきんぴら 厚揚げと小松菜のみそ汁 ヨーグルト	米、〇米、砂糖、ごま油、ごま、〇砂糖、〇ごま	〇牛乳、卵、油揚げ、脱脂粉乳、みそ、〇かつお節	ごぼう、にんじん、こまつな、えのきたけ、いんげん、ひじき、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、〇しょうゆ、〇酒、〇みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	牛乳 おにぎり(かつおふりかけ)
10金	ご飯 豚肉とかぼちゃの煮物 ハンサンスー ヨーグルト	米、砂糖、はるさめ、ごま油	〇牛乳、豚肉、卵、脱脂粉乳、ハム	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、いんげん	酢、しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩、かつおだし汁	牛乳 市販菓子
11土	おにぎり(わかめふりかけ) 貝だくさんみそ汁	米、じゃがいも	〇牛乳、油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	煮干だし汁、わかめふりかけ	牛乳 市販菓子
13月	ご飯 厚揚げのそぼろあん 小松菜のツナ酢和え バナナ	米、〇ロールパン、片栗粉、油、砂糖、ごま油	〇牛乳、厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ	バナナ、たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、えのきたけ、〇いちごジャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酢、酒	牛乳 ロールパンサンド(いちごジャム)
14火	ご飯 お好み焼き風卵焼き ベイクドごまじゃが ふとチンゲン菜のみそ汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、〇米、砂糖、油、ふ、〇油、ごま	〇牛乳、豚肉、卵、脱脂粉乳、みそ、油揚げ	チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、〇ひじき、あおのり	煮干だし汁、ソース、しょうゆ(うすくち)、食塩、〇しそふりかけ	牛乳 おにぎり(ふりかけひじき)
15水 進級入園 お祝い献立	ご飯(のりたま) ハンバーグ ゆでブロッコリー フライドポテト コーンクリームスープ いちご	米、フライドポテト、片栗粉、油、砂糖	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、いちご、クリームコーン缶、コーン、ブロッコリー	ケチャップ、ソース、しょうゆ(うすくち)、コンソメ、食塩、のりたま、〇プリン	牛乳 プリン
16木	ご飯 ほっけの西京焼き 焼きかぼちゃ そうめん汁 ヨーグルト	米、そうめん、砂糖、油	〇牛乳、ほっけ、脱脂粉乳、白みそ、油揚げ	〇オレンジ、かぼちゃ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん	かつおだし汁、みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、しょうゆ、食塩	牛乳 フルーツ(オレンジ)
17金	ご飯 ボークビーンズ チンゲン菜と卵のナムル ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、油、ごま、ごま油	〇牛乳、豚肉、ゆで大豆、卵、脱脂粉乳	たまねぎ、トマト缶、チンゲンサイ、もやし、にんじん、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	牛乳 市販菓子
18土	チャーハン(ツナ)	米、油	〇牛乳、ツナ	たまねぎ、にんじん、ねぎ	中華味、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 市販菓子
20月	お弁当日	〇強力粉、〇全粒粉、〇砂糖、〇グラニュー糖	〇牛乳		〇食塩、〇ドライイースト	牛乳 シュガーパン
21火	コッペパン クリームシチュー にんじんとみかんのサラダ ヨーグルト	コッペパン、じゃがいも、〇米、小麦粉、砂糖、油	〇牛乳、牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、バター、粉チーズ	にんじん、たまねぎ、みかん缶、コーン	コンソメ、食塩、ガーリックパウダー、〇わかめふりかけ	牛乳 おにぎり(わかめふりかけ)
22水	ご飯 さわらのごま焼き 切干し大根のサラダ 小松菜と人参のみそ汁 ヨーグルト	米、〇ホットケーキ粉、〇油、砂糖、ごま、〇砂糖、油	〇牛乳、さわら、脱脂粉乳、みそ、ちくわ、油揚げ、〇絹ごし豆腐、〇卵	こまつな、にんじん、きゅうり、しめじ、切り干しだいこん、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、酢、みりん	牛乳 豆腐ドーナツ
23木	ご飯 高野豆腐の卵とじ ひじきの中華和え ヨーグルト	米、じゃがいも、〇食パン、砂糖、〇マーガリン、〇砂糖、すりごま、ごま油	〇牛乳、卵、〇きな粉、鶏肉、脱脂粉乳、高野豆腐、ハム	にんじん、たまねぎ、きゅうり、コーン、グリーンピース、ひじき	しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酢、食塩、煮干だし汁	牛乳 きな粉トースト
24金 誕生会	ご飯(しそふりかけ) 鶏のから揚げ ゆでブロッコリー ポテトサラダ 野菜スープ ヨーグルト	米、じゃがいも、片栗粉、マヨネーズ、油、砂糖	〇牛乳、鶏肉、卵、脱脂粉乳、ハム	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、チンゲンサイ、きゅうり、にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、コンソメ、食塩、こしょう、しそふりかけ	牛乳 市販菓子
25土	おにぎり(わかめふりかけ) 貝だくさんみそ汁	米、じゃがいも	〇牛乳、油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	煮干だし汁、わかめふりかけ	牛乳 市販菓子
27月	ご飯 豆腐の野菜そぼろ煮 きゅうりとみかんの酢の物 バナナ	米、砂糖、油、片栗粉、〇スナックステックパン(さつま芋)	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、こまつな、みかん缶、きゅうり、たまねぎ、にんじん、わかめ、しょうが	しょうゆ、酢、酒、食塩、かつおだし汁	牛乳 スナックスティックパン(さつま芋)
28火	だけのご混ぜご飯 さばの天ぷら じゃが芋とほうれん草のみそ汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、てんぷら粉、油、砂糖	〇牛乳、さば、鶏肉、脱脂粉乳、油揚げ、みそ	〇りんご、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、たけのこ、干しいたけ、〇バナナ	煮干だし汁、昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	牛乳 フルーツ(りんご) 0,1歳児(バナナ)
30木	ご飯 かに玉 チンゲン菜ともやしの塩ごま和え かぼちゃと厚揚げのみそ汁 バナナ	米、〇米、砂糖、すりごま、片栗粉	〇牛乳、卵、厚揚げ、かにかまぼこ、みそ	バナナ、チンゲンサイ、かぼちゃ、もやし、にんじん、たまねぎ、ねぎ、グリーンピース、〇塩こんぶ、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、酢、中華味、食塩	牛乳 おにぎり(塩こんぶ)



スプーンを持たせてください

