



4がつ きゅうしょくこんだてひょう

おかべせいぼほいくえん
2025ねん4がつ

	こんだて	さいりょう	AMおやつ	PMおやつ
1 (か)	たまねぎとさやえんどうのたまごとじ かぼちゃサラダ えのきのすましじる	たまねぎ、さやえんどう、にんじん、なましいたけ、ぶたこまにく、サラダゆ、たまご、さとう、しょうゆ、みりん、さけ、だしじる かぼちゃ、たまねぎ、きゅうり、マヨネーズ、しお、さとう、すりごま えのきたけ、にんじん、はねぎ、だしじる、しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とうふブラウニー
2 (すい)	さばのカレーやき たけのこサラダ かぶのみそしる	さば、カレールウ、さけ、しょうゆ、みりん、しょうが ゆでたけのこ、さけ、さとう、しょうゆ、みりん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ツナ、マヨネーズ かぶ、あぶらあげ、だしじる、みそ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう りんごパイ
3 (もく)	ちゅうかふうローストチキン トマトサラダ はるさめとたまごのスープ	とりももにく、たまねぎ、しょうゆ、みりん、にんにく、しょうが、ごま、ごまあぶら トマト、きゅうり、たまねぎ、コーン、サラダゆ、さとう、す、しょうゆ にら、はるさめ、にんじん、たまご、ちゅうかだし、しょうゆ、しお、かたくりこ	ぎゅうにゅう	むぎちや とうにゅうババロア せんべい
4 (きん)	やきにく パンサンスー わかめスープ	ぶたこまにく、しょうゆ、みりん、さけ、しょうが、たまねぎ、ピーマン、あかピーマン、サラダゆ、さとう はるさめ、きゅうり、かにかまぼこ、たまご、みりん、しお、す、さとう、ごま なまわかめ、しろねぎ、えのきたけ、ちゅうかだし、しお	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう げんじパイ キウイフルーツ
7 (つづ)	とりにくのオーロラソース キャベツとツナのサラダ カレースープ	とりももにく、しお、こしょう、さけ、す、こむぎこ、マヨネーズ、ケチャップ、さとう、レモンじる、こしょう、パセリ キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ツナ、す、さとう、しお たまねぎ、にんじん、なましいたけ、ウイニー、はねぎ、だしじる、カレールウ、しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とうふとこめこの ボンデケージョ
8 (か)	マーボー豆腐 こまつなのごまずあえ バナナ	もめんどろふ、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、にんにく、しょうが、ぶたひきにく、ごまあぶら、ほししいたけ しょうゆ、さとう、みそ、かたくりこ、ちゅうかだし こまつな、にんじん、もやし、す、サラダゆ、さとう、しょうゆ、ごま バナナ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おからドーナツ
9 (すい)	さかなのソースやき マカロニサラダ とうふとたまねぎのみそしる	まぐろ、こむぎこ、サラダゆ、ウスターソース マカロニ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、かにかまぼこ、マヨネーズ、す、しお、こしょう たまねぎ、もめんどろふ、あぶらあげ、はねぎ、みそ、だしじる	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう じゃがいももち
10 (もく)	やきそば てづくりチキンナゲット かぶのスープ	むしちゅうかめん、キャベツ、ぶたこまにく、にんじん、たまねぎ、もやし、ピーマン、サラダゆ、ウスターソース、しお、こしょう とりひきにく、もめんどろふ、マヨネーズ、こむぎこ、しお、サラダゆ かぶ、ウイニー、たまねぎ、にんじん、コンソメ、しょうゆ	ぎゅうにゅう	おちや おにぎり(さけ)
11 (きん)	チキンカレー きゅうりのあまずあえ ヨーグルト	とりこまにく、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しめじ、サラダゆ、カレールウ、トマトピューレ、ウスターソース、スキムミルク きゅうり、みかんかん、ほしわかめ、す、さとう コアコアプラス	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ミニフィッシュ てんしーしらすせん チーズ
14 (つづ)	とりにくのチーズやき あまからポテト ミネストローネ	とりももにく、しょうが、さけ、しょうゆ、こなチーズ じゃがいも、しお、かたくりこ、サラダゆ、しょうゆ、さとう、はちみつ キャベツ、さやいんげん、たまねぎ、にんじん、マカロニ、ウイニー、コンソメ、しお、こしょう、トマトかん	ぎゅうにゅう	むぎちや ホットケーキ
15 (か)	さかなのわふうムニエル ほうれんそうのおかかあえ けんちんじる	さけ、こむぎこ、しょうゆ、みりん、バター ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、かつおぶし ごぼう、にんじん、ぶたこまにく、なましいたけ、はねぎ、ごまあぶら、だしじる、しょうゆ、みりん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう てづくりゼリー ビスケット
16 (すい)	ツナオムレツ キャベツのみそだれサラダ オニオンスープ	たまご、ツナ、たまねぎ、にんじん、コーン、しお、サラダゆ、ケチャップ キャベツ、にんじん、きゅうり、とりさきみ、サラダゆ、す、さとう、みそ たまねぎ、にんじん、ウイニー、パセリ、コンソメ、しお	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きなこサンド
17 (もく)	スパゲティミートソース ほうれんそうのスープ フルーツヨーグルト	スパゲティ、ぶたひきにく、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、サラダゆ、トマトピューレ ケチャップ、ウスターソース、さとう、じょうしんこ、こなチーズ えのきたけ、にんじん、ほうれんそう、コンソメ、しお ヨーグルト、バナナ、みかんかん、ももかん	ぎゅうにゅう	おちや おにぎり(しおこんぶ)
18 (きん)	にくじゃが なっとうサラダ やきふのすましじる	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ぶたこまにく、さやいんげん、だしじる、さとう、しょうゆ、みりん、サラダゆ なっとう、チーズ、ロースハム、きゅうり、にんじん、す、しょうゆ、さとう、ごまあぶら やきふ、えのきたけ、にんじん、はねぎ、だしじる、しょうゆ	ぎゅうにゅう	とうにゅう(未満児) かにパン まめびよ(以上児) レーズンパン
21 (つづ)	シーチキンピラフ ローストチキン ブロッコリーのおかかあえ えのきとにんじんのスープ りんごゼリー	きんめまい、コンソメ、しお、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ツナ、バター、パセリ、しお とりももにく、しょうゆ、みりん、にんにく ブロッコリー、かつおぶし、しょうゆ えのきたけ、にんじん、はねぎ、コンソメ、しお カルシウムりんごゼリー	ぎゅうにゅう	むぎちや ジャムケーキ
22 (か)	ひじきいりハンバーグ さつまいものあまに ほうれんそうとしいたけのすましじる	とりひきにく、ぶたひきにく、ひじき、たまねぎ、パンこ、しお、みりん、しょうゆ、さとう、かたくりこ さつまいも、さとう、しお ほうれんそう、ちくわ、しいたけ、だしじる、しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう フルーツゼリー カルシウムせんべい
23 (すい)	☆しずおかきゅうしょくのひ☆ たけのこごはん さかなのフリッター そらまめのホクホクサラダ とうふのすましじる	きんめまい、さけ、しょうゆ、しお、ゆでたけのこ、にんじん、あぶらあげ、さとう、しょうゆ たら、たまご、こむぎこ、サラダゆ、しお、こしょう そらまめ、じゃがいも、にんじん、とりさきみ、コーン、マヨネーズ、しお、レモンじる もめんどろふ、にんじん、はねぎ、だしじる、しょうゆ	ぎゅうにゅう	のむヨーグルト にんじんクラッカー
24 (もく)	とうふのカレーあんかけ かにかまいりすのもの オレンジ	もめんどろふ、ぶたこまにく、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、じゃがいも、サラダゆ、カレールウ しょうゆ、さとう、コンソメ、かたくりこ かにかまぼこ、だいこん、きゅうり、す、さとう オレンジ	ぎゅうにゅう	むぎちや にゅうめん
25 (きん)	しろみざかなのケチャップあんかけ ちゅうかふうコーンスープ バナナ	しいら、さけ、かたくりこ、サラダゆ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、コンソメ しょうゆ、ケチャップ、さとう、す クリームコーンかん、たまねぎ、サラダゆ、ロースハム、ちゅうかだし、かたくりこ、パセリ、ごまあぶら、しお バナナ	ぎゅうにゅう	むぎちや ヨーグルト クラッカー
28 (つづ)	とりつくね きゅうりのすのもの たけのこのみそしる	とりひきにく、たまねぎ、にんじん、さけ、しお、かたくりこ、さとう、みりん、しょうゆ きゅうり、なまわかめ、ツナ、すりごま、マヨネーズ、す、さとう ゆでたけのこ、しろねぎ、なまわかめ、みそ、だしじる	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう こめこのもちり バナナパン
29 (か)	◎みどりのひ◎			
30 (すい)	さかなのマヨネーズやき キャベツのごまいりサラダ おふのスープ	しいら、しお、さけ、たまねぎ、にんじん、コーン、パセリ、マヨネーズ キャベツ、にんじん、きゅうり、かにかまぼこ、サラダゆ、す、さとう、しお、ごま やきふ、えのきたけ、はねぎ、コンソメ、しお	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう マカロニのあべかわ

～ご入園・ご進級おめでとうございます～

	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
3才以上児	566kcal	21.5g	17.2g	1.7g
3才未満児	472kcal	17.8g	14.6g	1.4g

保育園の給食は、子ども達の健やかな成長の為、栄養バランスを考慮し、

旬の食材や行事食を取り入れながら、衛生的に調理しています。

みんなが楽しく食事の時間を過ごすことができるよう今年度も努めていきたいと思ます。

