

献立表

2025年04月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギーたんぱく質 脂質 食物繊維
01 火	ロールパン、五目焼きそば、 ブロッコリーのごまあえ、み そ汁(じゃがいも・わかめ)、 オレンジ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／ロールパン、／豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、白こしょう、あおのり、焼きそばめん、／ブロッコリー、すりごま、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／米、炊き込みわかめ、	◎ヨーグルト、◎せんべい、牛乳、わかめおにぎり	507(442) 21.5(18.1) 16.5(12.5) 6.7(5.1)
02 水	御飯、マーボー豆腐、ほうれ ん草のナムル、白菜スー プ、バナナ	牛乳、／ビスケット、／米、／木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉、／ほうれんそう、もやし、にんじん、すりごま、食塩、ごま油、／はくさい、えのきたけ、ごま油、水、食塩、中華だしの素、／バナナ、／牛乳、／ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、蒸しパン	562(525) 20.5(18.7) 16.0(15.7) 3.4(3.0)
03 木	御飯、さけの塩焼き、切干大 根の旨煮、みそ汁(玉ねぎ・ わかめ)、オレンジ	牛乳、／塩せんべい、／米、／さけ、食塩、／切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、／たまねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／ジョア、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、ジョア、あられせんべい	437(445) 20.4(19.9) 7.6(9.6) 2.3(1.8)
04 金	御飯、チキンカレー、パンサ ンスー、バナナ	牛乳、／ビスケット、／米、／鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳、／はるさめ、にんじん、コーン缶、カットわかめ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、／バナナ、／牛乳、／クリームパン、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、クリームパン	688(635) 20.2(18.6) 22.4(20.9) 7.4(6.2)
05 土	おにぎり、コロッケ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／ミートコロッケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
07 月	御飯、肉じゃが、小松菜のお かか和え、豆腐みそ汁(な めこ)、オレンジ	牛乳、／カルデツおさかなサブレ、／米、／豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩、／こまつな、にんじん、かつお節、砂糖、しょうゆ、／木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ)、／オレンジ、／麦茶(浸出液)、／ヨーグルト(無糖)、いちごジャム、／スナッククラッカー、	◎牛乳、◎サブレ、麦茶、ヨーグルト(ジャム)、クラッカー	471(474) 15.3(15.8) 10.9(14.3) 6.2(5.1)
08 火	スパゲティ、ポリタン、ポ イル、ブロッコリー、コンソ メスー、バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／スパゲティー、油、ウインナー、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、／ブロッコリー、食塩、／キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、／バナナ、／牛乳、／カステラ、	◎ヨーグルト、◎せんべい、牛乳、カステラ	508(431) 18.6(14.9) 15.9(10.3) 5.5(4.3)
09 水	御飯、カレイのカレー、ムニ エル、ポテサラ、みそ汁 (キャベツ)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／かれい、食塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、油、／じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩、／キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／マカロニ、きな粉、砂糖、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、マカロニきな粉あえ	557(526) 24.1(20.9) 16.4(16.1) 6.8(5.4)
10 木	御飯、豚肉のごま焼き、小松 菜とコーンのソテー、にら卵 スー、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、／豚肉(もも)、油、すりごま、砂糖、しょうゆ、酒、／こまつな、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油、／にら、にんじん、卵、水、ほんだし、食塩、しょうゆ、／バナナ、／牛乳、／じゃがいも、食塩、あおのり、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、ふかし芋じゃが	530(477) 23.3(20.5) 17.3(15.4) 8.5(6.2)
11 金	御飯、つくねの甘辛煮、キャ ベツとほうれんそうの磯和 え、みそ汁(大根、わかめ)、 オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／鶏ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、干しいたけ、食塩、片栗粉、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、／キャベツ、ほうれんそう、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、焼きのり、／だいこん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／コーンフレーク、ココア(ピュアココア)、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、コーンフレーク(ココア)	538(506) 22.9(20.4) 14.7(14.7) 3.9(3.2)
12 土	おにぎり、メンチカツ、バナ ナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／メンチカツ(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)
14 月	三色どんぶり、白菜の煮浸 し、みそ汁(じゃがいも・た まねぎ)、オレンジ	牛乳、／カルデツおさかなサブレ、／米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、卵、砂糖、食塩、油、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり、でんぶ、／はくさい、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖、水、ほんだし、／じゃがいも、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ)、／オレンジ、／牛乳、／油、ホットケーキミックス、調製豆乳、卵、メープルシロップ、	◎牛乳、◎サブレ、牛乳、ホットケーキ	579(524) 23.1(20.1) 19.2(19.6) 4.1(3.4)
15 火	わかめうどん、ちくわ磯辺 揚げ、三色サラダ、バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／ゆでうどん、鶏もも肉、にんじん、しいたけ、ねぎ、カットわかめ、ほうれんそう、水、しょうゆ、本みりん、食塩、ほんだし、／ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油、／ブロッコリー、にんじん、コーン缶、油、砂糖、しょうゆ、／バナナ、／麦茶(浸出液)、／牛乳、砂糖、ゼラチン、水、黒砂糖、水、きな粉、／塩せんべい、	◎ヨーグルト、◎せんべい、麦茶、牛乳ゼリー、せんべい	409(389) 17.9(16.5) 9.0(7.3) 5.0(4.0)
16 水	御飯、かじきの煮つけ、キャ ベツのおかか和え、豚汁、オ レンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、／キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお節、しょうゆ、／豚肉(もも)、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ごま油、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／食パン、いちごジャム、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、ジャムパン	519(496) 24.2(20.9) 13.6(13.6) 3.6(3.1)

献立表

2025年04月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 木	御飯、大根と豚肉の煮物、 春雨ときゅうりの酢の物、す まし汁(小松菜・えのき)、 いちご	牛乳、／塩せんべい、／米、／豚肉(もも)、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、／はるさめ、にんじん、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、酢、砂糖、すりごま、／こまつな、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし、／いちご、／牛乳、／食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、ラスク	547(498) 18.8(17.0) 15.4(14.0) 4.2(3.4)
18 金	御飯、鶏の唐揚げ、ブロッコ リーのソテー、みそ汁(もやし、 ほうれん草)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、／ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、油、食塩、コンソメ、／もやし、ほうれん草、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／しょうゆせんべい、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、せんべい	546(509) 25.9(21.5) 15.8(14.9) 2.5(2.3)
19 土	おにぎり、コロケ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／ミートコロケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
21 月	御飯、煮込みハンバーグ、茹 で野菜サラダ、ポテトス ープ、オレンジ	牛乳、／カルテツおさかなサブレ、／米、／豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、／キャベツ、コーン缶、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖、／じゃがいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩、／オレンジ、／牛乳、／ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、きな粉、	◎牛乳、◎サブレ、牛乳、きなこ蒸しパン	631(589) 22.8(20.3) 22.4(22.5) 4.0(3.4)
22 火	タンメン、揚げシュウマイ、 バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／生中華めん、豚肉(もも)、にんじん、たけのこ(ゆで)、キャベツ、もやし、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、／しゅうまい(冷凍)、小麦粉、油、／バナナ、／牛乳、／コッペパン、	◎ヨーグルト、◎せんべい、牛乳、コッペパン(ブルーベリー)	492(406) 22.3(17.1) 15.2(9.5) 6.0(4.7)
23 水	親子丼(凍り豆腐入り)、ひ じきの煮付け、みそ汁(かぼ ちゃ、たまねぎ)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ、みりん、焼きのり、ほんだし、／ひじき、にんじん、油揚げ、油、ほんだし、砂糖、しょうゆ、みりん、さやえんどう、／かぼちゃ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／フレンチフライポテト(冷凍)、油、食塩、ケチャップ、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、フライドポテト	598(552) 23.9(20.8) 20.3(18.5) 4.9(4.2)
24 木	中華どんぶり、きゅうりの浅 漬け、かに豆腐汁、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、豚肉(もも)、しょうが、酒、はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、こしょう、コンソメ、片栗粉、／きゅうり、キャベツ、食塩、／木綿豆腐、かにかまぼこ、水、中華だしの素、食塩、片栗粉、／バナナ、／牛乳、／ゼリーフライ、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、ゼリーフライ	544(524) 21.4(20.6) 14.9(15.6) 2.3(1.8)
25 金	御飯、さばの塩焼き、もやし のおひたし、すまし汁(キャ ベツ・ねぎ)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／さば、食塩、／もやし、こまつな、にんじん、食塩、しょうゆ、／キャベツ、ねぎ、えのきたけ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／かりんとう(白)、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、野菜かりんとう	553(519) 23.0(19.9) 18.3(17.0) 2.5(2.3)
26 土	おにぎり、メンチカツ、バナ ナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／メンチカツ(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)
28 月	御飯、鶏肉の照り焼き、小松 菜のごま和え(ツナ)、みそ 汁(たまねぎ・チンゲン 菜)、オレンジ	牛乳、／カルテツおさかなサブレ、／米、／鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、／こまつな、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖、ごま、／たまねぎ、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／焼きそばめん、豚肉(ばら)、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース、	◎牛乳、◎サブレ、牛乳、おやつ焼きそば	562(524) 26.2(22.5) 18.9(18.9) 4.1(3.2)
29 火	昭和の日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
30 水	御飯、メンチカツ、コールス ローサラダ、わかめスープ、 オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／メンチカツ(冷凍)、／キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢、砂糖、食塩、／ねぎ、カットわかめ、水、食塩、中華だしの素、／オレンジ、／ジョア、／揚げせんべい、	◎牛乳、◎ビスケット、ジョア、あられせんべい	487(521) 15.3(17.4) 10.8(13.7) 1.5(1.5)

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。



☆今月のひとこと☆

進級、ご入園おめでとうございます。

今年もおいしい給食づくりを心がけていきますので、よろしくお願いします。

今年度も給食を通して、いろいろな食材や料理に挑戦し、食べることに慣れ親しんでほしいと思います。

