

# 献立表

2026年04月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (○は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01 水	御飯,マーボー豆腐,ほうれん草のナムル,白菜スーフ,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	558(523) 20.4(18.6) 15.6(15.5) 3.3(3.0)
02 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、/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,◎せんべい,麦茶,ヨーグルト(ジャム),クラッカー	462(427) 19.6(18.0) 10.6(10.7) 2.8(2.0)
03 金	御飯,チキンカレー,パンソース,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、/しょうゆせんべい、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,せんべい	619(579) 17.7(16.6) 18.9(18.1) 6.9(5.8)
04 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)
06 月	御飯,肉じゃが,小松菜のおかか和え,豆腐みそ汁(ねぎ),オレンジ	牛乳、/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、ねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ)、/オレンジ、/アップル&キャロットジュース、/塩せんべい、	◎牛乳,◎サブレ,ジュース,せんべい	444(499) 12.4(14.1) 4.5(10.0) 5.7(4.7)
07 火	スパゲティ,ポリタン,ポイル,ブロッコリー,コンソメスーフ,バナナ	元気ヨーグルト、/塩せんべい、/スパゲティ、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、/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	517(438) 18.4(14.7) 14.6(9.3) 5.5(4.3)
08 水	御飯,かじきの煮つけ,キャベツの胡麻ネーズ和え,みそ汁(玉ねぎ・にんじん),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、にんじん、ちくわ、すりごま、マヨネーズ、しょうゆ、/たまねぎ、にんじん、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	539(510) 24.1(20.9) 16.5(15.6) 3.8(3.3)
09 木	御飯,豚肉のごま焼き,小松菜とコーンの和え物,ら卵スーフ,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、砂糖、/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、あおりの、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,ふかし芋じゃが	515(465) 23.1(20.3) 15.8(14.2) 8.3(6.1)
10 金	ハヤシライス,キャベツとほうれんそうの磯和え,オレンジ	牛乳、/ビスケット、/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ハヤシルウ、/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、/オレンジ、/牛乳、/コーンフレーク、ココア(ビュココア)、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,コーンフレーク(ココア)	560(525) 18.8(17.2) 16.8(16.4) 5.8(4.8)
11 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)
13 月	三色とんぶり,白菜の煮浸し,みそ汁(じゃがいも・たまねぎ),オレンジ	牛乳、/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、ホットケーキ粉、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(529) 23.1(20.1) 19.2(19.2) 4.1(3.4)
14 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、あおりの、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)、/ゼリー、/塩せんべい、	◎ヨーグルト,◎せんべい,麦茶,ゼリー,せんべい	375(362) 14.1(13.5) 6.3(5.1) 5.1(4.1)
15 水	御飯,さけのマヨネーズ焼き,ポテトサラダ,わかめスーフ,オレンジ	牛乳、/ビスケット、/米、/さけ、食塩、こしょう、マヨネーズ、/じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩、/ねぎ、カットわかめ、水、食塩、中華だしの素、/オレンジ、/牛乳、/食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,ラスク	602(556) 23.3(20.1) 22.6(20.5) 5.9(4.7)
16 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、/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,◎せんべい,牛乳,おやつ焼きそば	549(487) 19.2(17.0) 16.1(14.0) 4.8(3.6)

# 献立表

2026年04月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (○は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 金	御飯、鶏の唐揚げ、フ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、/スティックパン、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、スティックパン	569(527) 26.8(22.2) 16.7(15.6) 3.1(2.8)
18 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)
20 月	親子丼(凍り豆腐入り)、コールスローサラダ、みそ汁(たまねぎ・チンゲン菜)、オレンジ	牛乳、/サブレ、/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、/キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢、砂糖、食塩、/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、/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	576(538) 23.3(20.1) 17.0(17.1) 2.6(2.2)
21 火	タンメン、蒸しシュウマイ、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(ジャム&マーガリン)	492(406) 22.3(17.1) 15.2(9.5) 6.0(4.7)
22 水	御飯、鶏の海苔焼き、もやしのおひたし、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、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、片栗粉、油、焼きのり、/もやし、こまつな、にんじん、食塩、しょうゆ、/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	554(518) 23.8(20.3) 16.9(15.8) 2.9(2.5)
23 木	中華どんぶり、きゅうりの浅漬、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(487) 21.4(18.7) 14.9(13.3) 2.3(1.8)
24 金	御飯、鮭のフライ、ひじきの煮付け、すまし汁(キャベツ・ねぎ)、オレンジ	牛乳、/ビスケット、/米、/さけ、食塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース・濃厚ソース、/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、/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	619(571) 26.2(22.4) 19.9(18.5) 4.4(3.8)
25 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)
27 月	御飯、鶏肉の照り焼き、小松菜のごま和え(ツナ)、みそ汁(キャベツ)、バナナ	牛乳、/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、/キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、/バナナ、/牛乳、/食パン、いちごジャム、	◎牛乳、◎サブレ、牛乳、ジャムサンド	566(533) 26.6(23.1) 14.5(15.5) 4.1(3.2)
28 火	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	元気ヨーグルト、/塩せんべい、/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、/白ぶどう&ほうれん草ジュース、/塩せんべい、	◎ヨーグルト、◎塩せんべい、ジュース、せんべい	540(567) 15.2(16.6) 13.8(16.4) 4.0(3.5)
29 水	昭和の日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
30 木	御飯、ポークカレー、三色サラダ、バナナ	牛乳、/塩せんべい、/米、/豚肉(もも)、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、/ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ、/バナナ、/麦茶(浸出液)、/カステラ、	◎牛乳、◎せんべい、麦茶、カステラ	478(476) 13.2(14.5) 12.5(13.9) 6.7(5.4)

※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☆

ご入園、ご進級おめでとうございます。

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♪

