

### ＜4月給食予定献立表＞

2026年4月1日（水）～2026年4月30日（木）

献立の内容は変更になることがあります。

日	曜日	主食	料理名	赤：血や肉になるもの	緑：からだの調子を整えるもの	黄：力や体温となるもの	摂取エネルギー (kcal)	3歳未満児おやつ	3歳以上児おやつ
1	水	おにぎり	わかめラーメン えびカツ 白桃缶	たまご、わかめ スライスかまぼこ えびカツ、牛乳	ねぎ、レタス 白桃缶	中華めん、サラダ油	535 (501)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
2	木	ごはん	(ごはん) 鶏肉のマーマレード焼き さつまいもサラダ はるさめスープ・バナナ	鶏肉、魚肉ソーセージ 牛乳	トマト、きゅうり もうそう、にんじん 黒きくらげ、バナナ	こめ、マーマレードジャム サラダ油 さつまいも マヨネーズ	517 (570)	シフォンケーキ 牛乳	シフォンケーキ 牛乳
3	金	ごはん	(ごはん) 麻婆豆腐 中華サラダ もずくスープ・黄桃缶	とうふ、豚ひき肉 かにかまぼこ、もずく 牛乳	たまねぎ、にんじん グリーンピース、もやし きゅうり、えのきたけ、ねぎ 黄桃缶	こめ サラダ油 ごま油 白砂糖	308 (405)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
4	土	おにぎり	焼きそば えび団子のすまし汁 ミニゼリー	豚肉、えびホール 牛乳、乳酸菌飲料	きゃべつ、たまねぎ にんじん、ピーマン しめじ、万能ねぎ、ミニゼリー	焼きそば麺 サラダ油	391 (379)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
6	月	ごはん	(ごはん) 中華丼 おおきな肉しゅうまい 豆腐のみそ汁・フルーツカクテル缶	豚肉、むきえび おおきな肉しゅうまい とうふ、牛乳	はくさい、もうそう にんじん、干しいたけ 絹さや、トマト、ねぎ フルーツカクテル缶	こめ、サラダ油 白砂糖、ごま油	373 (466)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
7	火	ごはん	(青菜ごはん) かれのいにんじん衣焼き ひじきの炒め煮 だいこんのみそ汁・白桃缶	骨取りかれい、たまご 芽ひじき、さつま揚げ 高野豆腐、牛乳	にんじん、レタス いんげん、だいこん 白桃缶	こめ、サラダ油 糸こんにゃく、白砂糖	377 (483)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
8	水	かパン	(ジャムサンド) クリームシチュー かに風味サラダ フルーツヨーグルト・お茶	鶏肉、牛乳 かにかまぼこ プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゃべつ スイートコーン、みかん缶 パイン缶	食パン、じゃがいも サラダ油、白砂糖	447 (558)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
9	木	ごはん	(ごはん) スタミナ焼き肉 スパゲッティサラダ 卵豆腐のすまし汁・バナナ	豚肉、魚肉ソーセージ 卵豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん スイートコーン、きゅうり えのきたけ、万能ねぎ バナナ	こめ、サラダ油 スパゲッティ、マヨネーズ 白砂糖、ハッシュドポテト	539 (595)	★ハッシュドポテト 牛乳	★ハッシュドポテト 牛乳
10	金	ごはん	(ごはん) お魚の磯辺フライ 和風ごまドレッシングサラダ・納豆 じゃがいもの豆乳みそ汁・なつみかん缶	ひとくち磯辺白身フライ ロースハム、納豆 油揚げ、調整豆乳	トマト、もやし 黄ピーマン、みずな ほうれん草、なつみかん缶	こめ、サラダ油 じゃがいも	392 (453)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
11	土	おにぎり	塩ラーメン タコウィンナー 和梨ゼリー	たまご、豚ひき肉 パンダなると、タコウィンナー レタス、乳酸菌飲料	きゃべつ、にんじん 黒きくらげ、万能ねぎ レタス、和梨ゼリー	中華めん サラダ油	404 (383)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
13	月	ごはん	(ごはん) ひき肉カレー 春雨の中華サラダ オレンジ・お茶	豚ひき肉、牛乳 かにかまぼこ、錦糸卵	たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゅうり オレンジ	こめ、じゃがいも サラダ油、はるさめ ごま油、白砂糖 白いりごま	404 (484)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
14	火	ごはん	(ごはん) けんちん汁 だし巻きたまご 鮭フレーク・パイン缶	とうふ、鶏肉 だし巻きたまご、牛乳	はくさい、にんじん しめじ、ごぼう、万能ねぎ トマト、パイン缶	こめ、糸こんにゃく サラダ油	348 (414)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
15	水	ごはん	(ごはん) 野菜コロッケ カルシウム和え・納豆 スナップエンドウのみそ汁・ミニゼリー	スライスかまぼこ しらす干し、納豆 油揚げ、牛乳	だいこん、赤ピーマン レタス、こまつな スナップエンドウ ミニゼリー	こめ、野菜コロッケ サラダ油、白すりごま 白砂糖	388 (410)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
16	木	ごはん	五目チャーハン フライドチキン わかめスープ フルーツ杏仁	クリスピーチキン、わかめ とうふ、牛乳	トマト、万能ねぎ みかん缶、ぶどうジュース	五目チャーハン サラダ油、ケーキ	476 (464)	ケーキ ぶどうジュース	ケーキ ぶどうジュース
17	金	ごはん	(ごはん) さばの西京焼き 切干大根サラダ 卵豆腐のすまし汁・バナナ	骨なしさば、ロースハム 卵豆腐、牛乳	にんじん、切干大根 きゅうり、スイートコーン 干しいたけ、みずな バナナ	こめ、白砂糖、マヨネーズ 大学いも	425 (530)	★大学いも 牛乳	★大学いも 牛乳
18	土	おにぎり	ナポリタン かき玉スープ ヨーグルト	ホークウィンナー、粉チーズ たまご、ヨーグルト 牛乳、乳酸菌飲料	たまねぎ、ピーマン マッシュルーム、ほうれん草	スパゲッティ サラダ油 白砂糖	385 (372)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
20	月	ごはん	(ごはん) 牛カルピ丼 まぜまぜきのこ 坦々スープ・みかん缶	牛カルピ丼の具、豚ひき肉 とうふ、調整豆乳 牛乳	たまねぎ、はくさい こまつな、にんじん しめじ、万能ねぎ、みかん缶	こめ、サラダ油 ごま油 はるさめ	387 (455)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
21	火	ごはん	(ごはん) プレーンオムレツ 金平ごま・納豆 じゃがいものみそ汁・黄桃缶	プレーンオムレツ さつま揚げ、納豆、牛乳 たまご	レタス、ごぼう、にんじん 葉だいごん、黄桃缶	こめ、糸こんにゃく サラダ油、白砂糖 じゃがいも、ホットケーキ粉 黒砂糖	380 (453)	★黒糖蒸しパン 牛乳	★黒糖蒸しパン 牛乳
22	水	ごはん	(ごはん) ハヤシライス グリーンサラダ バナナ・お茶	豚肉、かにかまぼこ 牛乳	たまねぎ、にんじん マッシュルーム グリーンピース、ブロッコリー スイートコーン、バナナ	こめ、じゃがいも サラダ油、白砂糖	435 (515)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
23	木	おにぎり	まぜそば 豆腐しゅうまい かき玉スープ フルーツカクテル缶	豚ひき肉 豆腐しゅうまい たまご、牛乳	たまねぎ、にんじん もうそう、にんじん 干しいたけ、万能ねぎ フルーツカクテル缶	中華めん、ごま油 サラダ油、ミニ揚げパン	468 (431)	ミニ揚げパン 牛乳	ミニ揚げパン 牛乳
24	金	ごはん	(ごはん) 赤魚の塩麹焼き 切り昆布の炒め煮 きゃべつのみそ汁・ミニゼリー	骨取り赤魚、切り昆布 さつま揚げ、油揚げ 牛乳	かぼちゃ、にんじん いんげん、きゃべつ ミニゼリー	こめ、サラダ油 白砂糖 糸こんにゃく	303 (411)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
25	土	おにぎり	きつねうどん ミートボール りんごゼリー	油揚げ、たまご スライスかまぼこ ミートボール、牛乳 乳酸菌飲料	ほうれん草、ねぎ トマト、りんごゼリー	うどん 白砂糖	468 (434)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
27	月	ごはん	(ごはん) 塩ちゃんこ汁 かにかま天・納豆 ミニゼリー	鶏ひき肉、とうふ かにかま天、納豆 牛乳	きゃべつ、にんじん 干しいたけ、ねぎ ブロッコリー、ミニゼリー	こめ、ごま油 はるさめ サラダ油	411 (497)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
28	火	ごはん	(わかめごはん) ほっけの照り焼き ピーマンソテー さつまいものみそ汁・白桃缶	骨取りほっけ ホークウィンナー、牛乳	トマト、たまねぎ ピーマン、しめじ、万能ねぎ 白桃缶	こめ、サラダ油 ピーマン さつまいも 食パン、バター	425 (521)	★手作りラスク 牛乳	★手作りラスク 牛乳
30	木	ごはん	(ごはん) ハンバーグ ブロッコリーサラダ 玉ねぎのみそ汁・パイン缶	ハンバーグ、魚肉ソーセージ わかめ、油揚げ、牛乳	にんじん、ブロッコリー スイートコーン、たまねぎ パイン缶	こめ、サラダ油 バター、白砂糖 マヨネーズ	378 (475)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳

16日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。  
 3歳未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。  
 ★マークがついているおやつは手作りです。( )は3歳未満児の主食及びエネルギー表示となっております。