

献立表

ご入園・ご進級おめでとうございます。新しい環境の中で、園生活がスタートしました。
子どもたちが給食の時間を待ち遠しく思ってもらえるような献立やおやつを工夫して、作ってきたいと思います。



太子保育園

2025年04月

※献立はいつでも差し上げられますので、お声掛けください。

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ	行事
			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			
01 火	御飯 鶏肉のマーマレード焼き キャベツの千草漬け 味噌汁(豆腐・油揚げ)	471.9(407.6) 22.0(19.3) 5.7(5.0)	米、じゃがいも	鶏もも肉、木綿豆腐 米みそ、油揚げ、かつお節	キャベツ、レタス、きゅうり にんじん、マーマレード しそ	しょうゆ、食塩	蒸しじゃがいも	わかめおにぎり	希望保育
02 水	御飯 豚肉の生姜焼き ひじき煮 味噌汁(白菜・小松菜)	588.2(485.5) 21.8(18.3) 21.4(18.0)	米、三温糖 メープルシロップ、油 ホットケーキ粉	牛乳、卵、米みそ、バター かつお節 豚肉	たまねぎ、ほうさい キャベツ、しらたき、こまつな にんじん、しいたけ ひじき、しょうが、だいこん	しょうゆ、みりん	茹大根	ホットケーキ 牛乳	希望保育
03 木	焼きそば 野菜スープ	329.6(327.2) 11.2(12.2) 7.9(10.0)	じゃがいも、油	牛乳 豚肉	キャベツ、大豆もやし にんじん、たまねぎ コーン缶、あおのり	食塩	牛乳	しょうゆせんべい	始業式 入園式 花まつり 保護者総会
04 金	ハヤシ ミモザサラダ 豆乳スープ	646.7(546.4) 23.7(20.1) 33.4(28.0)	じゃがいも、砂糖、片栗粉 油、黒ごま ホットケーキ粉	牛乳、豆乳、木綿豆腐 きな粉、卵、バター ハム 豚肉 ベーコン	たまねぎ、レタス、きゅうり マッシュルーム、にんじん トマトビュール	ハヤシルウ、白こしょう ケチャップ、食塩 中濃ソース	茹人参	きな粉ボール 牛乳	
05 土	味噌ラーメン バナナ	277.0(270.2) 9.9(9.3) 6.2(5.7)	油、ごま油 中華麺	豚ひき肉	バナナ、大豆もやし キャベツ、にんじん たまねぎ、ねぎ、にら	しょうゆ、食塩、白こしょう			
07 月	御飯 エビカツ 切干大根の煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	537.0(481.2) 21.7(20.4) 19.8(18.9)	米、油、マヨネーズ 片栗粉、三温糖 パン粉 餃子の皮 小麦粉	はんぺん、チーズ、米みそ 油揚げ、かつお節、豆乳 しらす干し えび	ねぎ、キャベツ、あさつき にんじん、しいたけ 切り干しだいこん、わかめ	しょうゆ、みりん、食塩 中濃ソース	豆乳	カルシウムせんべい	
08 火	御飯 マーボー豆腐 かみかみサラダ 中華コンスープ	566.4(472.9) 22.8(18.8) 11.5(9.3)	米、片栗粉、三温糖 ごま油、ごま、じゃがいも	木綿豆腐、卵、米みそ いか 豚ひき肉	レタス、きゅうり、だいこん ねぎ、にら、たまねぎ しいたけ、コーン、にんじん あさつき、にんにく、しょうが	中華スープ、しょうゆ、食塩	蒸しじゃがいも	たくあんおにぎり	
09 水	御飯 ブルコギ きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(大根・油揚げ)	510.9(429.8) 20.0(17.2) 22.0(18.8)	米、黒砂糖、砂糖、ごま すりごま、油、ごま油 焼き麩	牛乳、米みそ、油揚げ バター 豚肉	きゅうり、たまねぎ だいこん、にんじん、にら わかめ、にんにく	酢、しょうゆ、みりん	茹人参	黒糖麩ラスク 牛乳	
10 木	食パン 照り焼きチキン マカロニサラダ ミネストローネ	578.8(449.4) 21.0(16.3) 29.2(23.0)	じゃがいも、マヨネーズ 片栗粉、油、三温糖、砂糖 マカロニ 食パン	鶏もも肉、ヨーグルト バター ベーコン、ハム	たまねぎ、レタス、きゅうり トマトビュール、にんじん みかん、バナナ だいこん もも	しょうゆ、食塩、本みりん 白こしょう	茹大根	フルーツヨーグルト	
11 金	麦御飯 野菜の肉巻き ナムル風サラダ 洋風スープ	471.2(428.6) 13.8(14.2) 22.0(21.3)	じゃがいも、米、片栗粉 押麦、三温糖、ごま	牛乳、牛乳 豚肉 かにかまぼこ(アラスカ)	チンゲンサイ、キャベツ にんじん、きゅうり もやし、セロリー	しょうゆ、酢、食塩	牛乳	じゃが芋もち	
12 土	焼きそば 野菜スープ	9.7(212.0) 0.4(8.0) 0.1(6.1)	じゃがいも、油 焼きそば麺	豚肉	キャベツ、もやし、たまねぎ あおのり	食塩			
14 月	御飯 さわらの竜田揚げ 卵豆腐 味噌汁(たまねぎ・にら)	567.8(515.5) 19.5(19.0) 17.6(17.8)	米、油、片栗粉	牛乳、さわか、卵、米みそ	たまねぎ、にら、レタス こんぶ佃煮、にんにく しょうが	かつおだし汁、しょうゆ みりん、食塩	牛乳	昆布おにぎり	
15 火	チキンライス じゃが芋の甘辛 菜の花スープ	534.1(422.5) 13.4(10.7) 13.0(10.4)	米、じゃがいも、片栗粉 油、砂糖、ごま油 チヂミ粉	鶏もも肉、卵 豚ひき肉	たまねぎ、にら、なばな ねぎ、にんじん、ピーマン しょうが、にんにく、だいこん	ケチャップ、しょうゆ、酢 みりん、食塩、白こしょう	茹大根	チヂミ風	
16 水	麦御飯 ハンバーグ きゃべつと油揚げのごま 酢和え	644.5(530.7) 25.8(21.5) 21.7(18.2)	米、じゃがいも、押麦 三温糖、油、ざらめ糖、ごま 小麦粉 パン粉	牛乳、卵、米みそ、油揚げ 豚ひき肉	キャベツ、たまねぎ にんじん	ケチャップ、ウスターソース しょうゆ、酢、食塩 白こしょう	茹人参	卵蒸しパン 牛乳	
17 木	御飯 春野菜炒め 五目納豆 味噌汁(なめこ・あおさ)	437.3(430.9) 15.8(15.1) 15.8(13.7)	じゃがいも、米、油、ごま	納豆、米みそ、バター しらす干し 豚肉	キャベツ、にんじん しいたけ、たまねぎ なめこ、こまつな、あおさ にら、だいこん、あおのり	しょうゆ、めんつゆ、食塩	蒸しじゃがいも	手作りおこし	避難訓練
18 金	ピピンパ かにかまサラダ ワンタンスープ	665.3(596.7) 23.8(20.0) 17.0(14.3)	米、砂糖、三温糖、ごま ごま油、油、さつまいも ワンタンの皮 強力粉	牛乳、米みそ かにかまぼこ(アラスカ) 豚肉、豚ひき肉	もやし、レタス、ねぎ ほうれんそう、きゅうり にんじん、にんにく コーン、万能ねぎ	しょうゆ、酢、中華だしの素 食塩、ドライイースト 白こしょう	さつま芋	手作りパン 牛乳	聖徳太子まつり
19 土	カレー 野菜スープ	180.3(144.9) 4.8(3.8) 10.3(8.2)	じゃがいも、油	豚肉	たまねぎ、にんじん にんにく	カレールウ			
21 月	わかめうどん かき揚げ オレンジ	449.0(391.3) 11.3(11.7) 5.8(6.2)	米、油 ゆでうどん 小麦粉	さつま揚げ、かつお節 豆乳	オレンジ、にんじん たまねぎ、ねぎ、わかめ	めんつゆ、しょうゆ、みりん	豆乳	焼きおにぎり	
22 火	チキンソテー にんじんしりしり 野菜スープ	318.7(256.1) 12.2(10.0) 13.6(10.7)	米、じゃがいも、油 パン粉 小麦粉	牛乳、鶏もも肉、卵 バター、とろけるチーズ	にんじん、にら、たまねぎ マッシュルーム ほうれんそう、だいこん	しょうゆ、食塩 和風だしの素、白こしょう	茹大根	じゃが芋チップス	
23 水	御飯 肉豆腐 青菜の味噌マヨ和え 和風コンスープ	581.7(734.6) 21.0(20.2) 21.0(18.0)	さつまいも、米、砂糖 片栗粉、マヨネーズ、油 三温糖 小麦粉	牛乳、木綿豆腐、卵 なると、バター、米みそ コンデンスミルク、かつお節 豚肉	こまつな、コーン、にんじん ねぎ、しめじ、えのきたけ あさつき、しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん 食塩、白こしょう	蒸しさつま芋	甘食 牛乳	
24 木	雑穀ご飯 ユールンチー フレンチスパサラダ 味噌汁(油揚げ・なばな) バナナ	740.3(590.9) 24.7(20.7) 31.4(23.0)	米、油、片栗粉、砂糖 三温糖、ごま、ごま油 雑穀 サラスパ ロールパン	牛乳、鶏もも肉、生クリーム 米みそ、油揚げ、ツナ	バナナ、レタス、きゅうり にんじん、みかん、バナナ、 ねぎ、なばな、しょうが、り りこんぶ もも	酢、しょうゆ、食塩 白こしょう	茹人参	フルーツロール 牛乳	誕生会
25 金	麦ご飯 キーマカレー ブロッコリーとコーンと和え エメラルドスープ	366.5(357.8) 12.8(12.3) 19.5(16.2)	じゃがいも、マヨネーズ 油、米、押麦 スパゲッティ	豚ひき肉、豚肉、ベーコン	たまねぎ、ブロッコリー ほうれんそう、キャベツ にんじん、コーン、ピーマン にんにく、あおのり	カレールウ、コンソメ、食塩 中濃ソース	蒸しじゃがいも	焼きスパゲッティ	交通安全教室 (5歳児)
26 土	五目うどん、蒸し芋	319.0(248.8) 8.6(6.8) 6.1(4.9)	さつまいも、三温糖 ゆでうどん	豚肉、かつお節	ほうさい、にんじん、しいた け、ねぎ	めんつゆ、しょうゆ、みりん 食塩			
28 月	御飯 鮭のゆうあん焼き ツナともやしのサラダ 味噌汁(ニラ・卵)	452.0(420.4) 24.2(21.2) 8.3(6.7)	じゃがいも、米、三温糖 ごま油	べにさけ、ヨーグルト、卵 ツナ、米みそ、卵、かつお節	もやし、レタス、にら	しょうゆ、本みりん 酢、食塩	蒸しじゃがいも	ヨーグルトケーキ 麦茶	
30 水	麦御飯 鶏じゃが 春雨サラダ 味噌汁(豆腐・なめこ)	518.3(418.9) 18.1(15.0) 6.0(5.1)	じゃがいも、米、三温糖 はるさめ、押麦、ごま油、油	鶏肉、木綿豆腐 米みそ、かつお節 ハム	たまねぎ、きゅうり、しらたき にんじん、なめこ、にんじん	しょうゆ、酢、みりん、食塩	茹人参	塩おにぎり	

献立は都合により変更する場合があります。

※未満児は午前おやつ・昼食・午後おやつ時に麦茶を提供します。※以上児は状況に応じて麦茶を提供します。