

# 4月予定献立表



2025  
4/1

ひまわり保育園

	献立	[赤] 血や肉になるもの	[黄] 燃えてカになるもの	[緑] 体の調子を整えるもの	おやつ
入園式	カレー丼 かぶのスープ	鶏肉25・油揚げ15 わかめ3・豆腐20	米50 ごぼう10	玉ねぎ30・人参10・しめじ10・ねぎ5 かぶ20・かぶの葉6	牛乳 リンゴゼリー
2水	ジエム 魚春のコンニャクネズミ焼き 春キャベツの胡麻の味噌和え 豚汁	魚春40 油揚げ10・味噌大2 豚肉10	米45 マヨドレ8 胡麻1	クリームチーズ8 春キャベツ35・人参10・ブロッコリー10 大根10・白菜10・人参7・エリンギ35・黒豆地7	牛乳 人参のカブケーキ
3木	きつねうどん	油揚げ15	うどん100	九条ねぎ3	3日牛乳 清見オレンジ・芋けんぴ
16水	麻婆豆腐	豚ミンチ25・木綿豆腐60 味噌3	ごま油1	玉ねぎ10・白ねぎ6・人参15・にら6 エリンギ3.5	16日牛乳 大豆ツナのおむすび
4金	わかめとじゃがいも 鶏むね肉のマヨ照り焼き じゃがいもサラダ 味噌汁	わかめ5・ちりめんじゃこ5 鶏むね肉45 大豆水煮6・花かつお0.5 木綿豆腐20・味噌7	米45 マヨドレ6・片栗粉5 じゃがいも15・ごぼう8.9	胡瓜15・人参12・玉ねぎ5・ブロッコリー15 玉ねぎ10・南瓜10・小松菜5	4日牛乳 わらびもち 17日牛乳 にらせんぱい
5土	ミートスパゲティ 味噌汁	牛ミンチ15・豚ミンチ15 わかめ2・豆腐3.4 味噌7	スパゲティ30 じゃがいも8	玉ねぎ50・人参8・ピーマン8 春キャベツ10・えのき3.4	お茶 市販戻菓子
7月	親子菜うどん 筑前煮	油揚げ15・ちりめんじゃこ2 鶏肉30	うどん100 昆布25	人参8・春キャベツ20・黒豆地7 小松菜7・しめじ3.5 ごぼう20・れんこん10・人参15・糸こんにゃく8 三度豆5	7日牛乳 肉味噌おむすび 25日牛乳 米半分のパウニー
8火	ジエム 魚春のコンニャクネズミ焼き うなぎと人参のわかめネズミ 南瓜の味噌スープ	魚春40 / 鶏肉55 油揚げ8・花かつお0.5 豆乳35・味噌7	米50 マヨドレ3	味噌汁1.2 うどん20・絹さや8・人参8・黒豆地20 ブロッコリー10 南瓜45・玉ねぎ25	牛乳 リンゴ じゃがいもの花おむすび
9水	ジエム ささ身とひじきののり揚げ 金巻主人ナムル 若菜汁	鶏ささ身40・ひじき0.5 ひきわり納豆8 わかめ10	米45	玉ねぎ5・えんどう豆6 ほうれん草25・人参8・えのき8・黒豆地20 きょうげ0.4 筍水煮12	9日牛乳・バナナ 災害時用ビスケット 23日牛乳 コンお焼き
10木	カレーライス ブロッコリーとトマトのサラダ	鶏肉30・スキムミルク12 ちりめんじゃこ1.5・油揚げ8	米45・じゃがいも50 胡麻1	玉ねぎ50・人参10 ブロッコリー20・トマト15・胡瓜18・人参12 スタップえんどう6・切り干し大根2・レモン汁0.8	10日牛乳 リンゴとバナナのゼリー 24日牛乳 お好みとリンゴのゼリー
11金	ジエム 松風焼き チロリ大根 たまご汁	豚ミンチ25・鶏ミンチ25 油揚げ大根6・味噌3 豆腐16	米45 パン粉1・胡麻1	玉ねぎ20・九条ねぎ5 切り干し大根5.5・人参12 小松菜7・人参4・キャベツ7	牛乳 清見オレンジ フライドポテト
12土	鶏もも3冊 味噌汁	鶏ミンチ30・豆腐20 味噌8	米50 ごぼう9	青梗菜5・人参4・黒豆地7・玉ねぎ8	お茶 市販戻菓子
14月	ジエム 塩唐揚げ ひじきのざしり煮 味噌汁	鶏肉55 ひき肉6・大豆水煮9・油揚げ8 豆腐13・味噌7	米45 片栗粉2	人参10・切り干し大根2.5・糸こんにゃく8.5 南瓜16・玉ねぎ9・キャベツ10 三度豆4	14日牛乳 バナナ・小豆煮 28日牛乳 ごぼうのおむすび
15火	ジエム 魚春の石焼フライ あいませ 豚・白菜スープ	魚春40・青のり0.1 油揚げ大5 豚肉12・豆腐20	米45 マヨドレ6・パン粉5 胡麻1	胡瓜30・しめじ10・糸こんにゃく10 白菜20・人参7・黒豆地7	牛乳 清見オレンジ スイートポテト
18金	ジエム 肉じゃが 味噌汁	鶏肉30 豆腐20・味噌7	米50 じゃがいも60	玉ねぎ30・人参15・糸こんにゃく12 三度豆5 キャベツ9・大根6・青梗菜7・しめじ3.5	牛乳 南瓜の とうふわパン
お誕生会	ジエム 魚春のカレー焼き 彩り野菜の白和え 味噌汁	油揚げ8 魚春40 豆腐22・ひじき0.5 味噌7	米45 小麦粉3・片栗粉1 ねりごま2 じゃがいも12	筍20・人参8 キャベツ25・人参6・黄パプリカ2.2・赤パプリカ2.2 スタップえんどう8・ブロッコリー15 玉ねぎ10・小松菜7・人参5	牛乳 ケーキ屋さんの 洋菓子

☆ 都合により

献立や食材は変更する場合があります

