



令和7年

～給食献立表～

※主食は未満児(ひよこ、りす、うさぎ)クラスのみ提供になります。

※幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは家庭から主食を持参しますので、栄養量には含まれておりません。

献立は都合により変更になることがあります。

※4月25(金)は誕生会です。幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは、自宅からの白米の持ち込みはいいりません。

令和7年						三歳未満児		三歳以上児		
日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギーたんぱく質	脂肪塩分	エネルギーたんぱく質	脂肪塩分
1	火	ハンバーグ マーマレードソース 大根と胡瓜にかまサラダ みそ汁(豆腐、ねぎ、油揚げ、人参) オレンジ	お茶 豆乳プリン ウエハース	・ぶたひき肉 ・かにかまぼこ ・木綿豆腐・油揚げ ・煮干し ・甘みそ・豆乳・ゼラチン	・パン粉・マヨドレ・三温糖 ・精白米 ・ウエハース	・たまねぎ・マーマレード・オレンジ ・だいこん ・きゅうり・長ねぎ・にんじん	436kcal 17.2g	16.8g 0.8g	400kcal 17.4g	20.6g 0.9g
2	水	鶏天 水菜とかまぼこの酢の物 ごま塩 すまし汁(五色麩、えのき、人参、三つ葉) バナナ	牛乳 さつまいも	・若鶏ささ身 ・蒸しかまぼこ ・木綿豆腐・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳	・薄力粉・天ぷら粉・なたね油 ・三温糖・五色麩 ・いりごま・精白米 ・さつまいも	・みずな・長ねぎ・みつば ・にんじん ・バナナ	451kcal 22.1g	13.7g 1.8g	419kcal 23.5g	16.7g 2.2g
3	木	鯖のネギ味噌焼き キャベツとささみカレーマヨサラダ みそ汁(若布、豆腐、葱、人参) オレンジ	牛乳 焼きそば	・さわら・甘みそ ・若鶏ささ身 ・煮干し・普通牛乳	・マヨドレ・三温糖 ・豆腐 ・精白米・さつまいも・粉糖 ・なたね油 ・中華めん	・しょうが・長ねぎ・キャベツ ・にんじん ・えのきたけ・わかめ ・オレンジ ・ピーマン・もやし・たまねぎ	403kcal 17.3g	12.8g 0.7g	359kcal 17.5g	15.7g 0.9g
4	金	豚のみそ炒め ほうれん草の海苔和え みそ汁(大根、ねぎ、玉ねぎ、人参) バナナ	お茶 ひじきおにぎり	・ぶたもも・ぶたばら ・甘みそ ・煮干し・油揚げ	・三温糖・精白米	・たまねぎ・長ねぎ・キャベツ ・ほうれんそう ・にんじん・焼きのり・だいこん ・バナナ ・乾ひじき	422kcal 14.3g	9.1g 1.2g	382kcal 13.9g	10.9g 1.5g
5	土	さばしおやき トマト 刻み昆布のにつけ みそ汁(もやし、人参、えのき、葱) バナナ	野菜うどん	・さば・油揚げ・煮干し ・甘みそ ・ぶたもも・ぶたばら	・しらたき・なたね油・精白米 ・ゆでうどん	・トマト・刻み昆布・にんじん ・ごぼう ・だいずもやし・えのきたけ・長ねぎ ・バナナ ・ぶなしめじ	346kcal 16.7g	10.4g 2.4g	288kcal 16.8g	12.6g 3.0g
6	日	休園日								
7	月	れんこんはさみ揚げ 胡瓜のゆかり和え みそ汁(キャベツ、人参、葱) バナナ	牛乳 クラッカーサンド	・鶏ひき肉・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳 ・クリームチーズ	・片栗粉・天ぷら粉・薄力粉 ・なたね油 ・三温糖・精白米 ・スナッククラッカー	・れんこん・長ねぎ・しょうが ・にんじん ・きゅうり・うめ・キャベツ・バナナ ・いちごジャム	419kcal 13.1g	14.2g 3.0g	379kcal 12.3g	17.4g 3.7g
8	火	すき焼き風煮 てりやきチキン 大根とツナコーンサラダ オレンジ	そうめん	・ぶたもも・木綿豆腐 ・鶏もも ・まぐろ水煮缶詰 ・蒸しかまぼこ	・しらたき・板ふ・三温糖 ・なたね油 ・マヨドレ・精白米 ・そうめん	・はくさい・にんじん・長ねぎ ・えのきたけ ・だいこん・コーン缶詰粒・オレンジ ・ほうれんそう	454kcal 17.6g	10.8g 3.8g	423kcal 17.9g	13.1g 4.8g
9	水	豚肉生姜焼き 小松菜ごま和え みそ汁(玉ねぎ、油揚げ、人参、葱) バナナ	牛乳 蒸しパン	・ぶたもも・ぶたばら ・油揚げ ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・豆乳	・なたね油・むきごま・三温糖 ・精白米 ・ホットケーキミックス	・たまねぎ・青ピーマン・しょうが ・こまつな ・にんじん・長ねぎ・バナナ	465kcal 17.5g	18.7g 0.7g	437kcal 17.8g	23.0g 0.8g
10	木	鮭の味噌マヨドレ焼き ウインナーコーン新じゃが炒め すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	～世界の料理 アメリカ～ お茶 ジャンバラヤ	・さけ・甘みそ ・ウインナーソーセージ ・煮干し	・マヨドレ・むきごま ・じゃがいも ・花麩・精白米 ・オリーブ油	・コーン缶詰粒・えのきたけ ・にんじん ・長ねぎ・オレンジ・たまねぎ ・青ピーマン ・トマトケチャップ	369kcal 14.6g	9.5g 1.1g	316kcal 14.2g	11.5g 1.4g
11	金	鶏の葱塩レモンだれ 水菜の煮びたし みそ汁(あおさ、豆腐、葱) バナナ	牛乳 ドーナツ	・若鶏もも・油揚げ ・木綿豆腐 ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・豆乳	・ごま油・三温糖・精白米 ・ホットケーキミックス ・なたね油	・長ねぎ・レモン果汁・みずな ・えのきたけ ・あおさ・バナナ	500kcal 19.0g	18.2g 1.9g	480kcal 19.7g	22.3g 2.3g
12	土	キャベツロール ちくわと大根コーンマヨ すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	お茶 ピザトースト	・ぶたひき肉・焼き竹輪 ・煮干し ・ウインナーソーセージ	・パン粉・三温糖・マヨドレ ・花麩 ・精白米・食パン	・にんじん・たまねぎ・キャベツ ・だいこん ・コーン缶詰粒・えのきたけ・長ねぎ ・オレンジ ・青ピーマン・トマトケチャップ	393kcal 14.3g	15.6g 1.5g	347kcal 13.9g	19.1g 1.9g
13	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
14	月	ドライカレー シルバーサラダ ブロッコリー(青じそ) みそ汁(高野豆腐、人参、玉ねぎ、葱) バナナ	フルーチェ (オレンジ添え)	・ぶたひき肉・ロースハム ・生クリーム ・凍り豆腐・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳	・なたね油・緑豆はるさめ ・マヨドレ ・和風ドレッシング ・精白米	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・きゅうり ・ブロッコリー・長ねぎ・バナナ ・いちごジャム ・オレンジ	463kcal 13.6g	17.0g 2.1g	434kcal 12.9g	20.9g 2.6g
15	火	チキンカツ 大根と胡瓜ごまみそマヨサラダ すまし汁(五色麩、豆腐、人参、葱) オレンジ	中華そば	・若鶏むね・甘みそ ・絹ごし豆腐 ・煮干し・蒸しかまぼこ	・薄力粉・パン粉・マヨドレ ・大豆油 ・むきごま・三温糖・五色麩 ・精白米 ・中華めん	・だいこん・きゅうり・にんじん ・長ねぎ ・オレンジ・ほうれんそう	404kcal 18.3g	13.3g 2.0g	360kcal 18.8g	16.2g 2.5g
16	水	豚肉と大根煮 ひじきサラダ みそ汁(じゃが芋、油揚げ、人参、葱) バナナ	お茶 おいなりさん	・ぶたばら・ぶたもも ・ロースハム ・油揚げ・煮干し・甘みそ	・板こんにやく・なたね油 ・マヨドレ ・じゃがいも・精白米 ・いりごま	・だいこん・生しいたけ・にんじん ・乾ひじき ・キャベツ・コーン缶詰粒・長ねぎ ・バナナ	487kcal 15.9g	18.4g 1.5g	464kcal 15.8g	22.6g 1.9g

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分
17	木	麻婆豆腐 ささみと中華和え きゅうりと納豆昆布和え物 すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	お茶 ふわふわチキンナゲット	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・甘みそ ・若鶏ささ身・煮干し ・鶏むね(皮なし) ・若鶏もも	・片栗粉・ごま油・三温糖 ・ごま ・花麩・精白米 ・マヨドレ ・薄力粉	・にんじん・長ねぎ・乾しいたけ ・たけのこ水煮缶詰 ・しょうが・にんにく ・りょくとうもやし ・きゅうり・削り昆布・えのきたけ	393kcal 17.5g	15.2g 1.7g	346kcal 17.8g	18.7g 2.1g
18	金	油麩卵とじ ポパイサラダ みそ汁(若布、玉ねぎ、人参、葱) バナナ	牛乳 スイートポテト バナナ	・鶏もも(皮なし)・鶏卵 ・まぐろ油漬缶詰 ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・生クリーム	・油ふ・精白米・さつまいも ・無塩バター ・三温糖・ごま	・たまねぎ・にんじん・わけぎ ・ほうれんそう ・コーン缶詰粒・塩わかめ・長ねぎ ・バナナ	456kcal 21.5g	11.6g 1.1g	425kcal 22.8g	14.1g 1.3g
19	土	各自おかず入り弁当持参	お茶 おやつ							
20	日	休園日								
21	月	肉団子の甘酢あんかけ 春雨中華風サラダ みそ汁(キャベツ、人参、葱) バナナ	牛乳 ジャムサンド	・おから・ぶたひき肉 ・ロースハム ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳	・大豆油・片栗粉・はるさめ ・ごま ・三温糖・ごま油・精白米 ・食パン	・たまねぎ・にんじん・しょうが ・きゅうり ・キャベツ・長ねぎ・バナナ ・いちごジャム	475kcal 16.4g	16.5g 1.3g	449kcal 16.5g	20.3g 1.6g
22	火	焼き鳥 ブロッコリー白和え すまし汁(五色麩、えのき、人参、三つ葉) オレンジ	にくみそうどん	・鶏もも・木綿豆腐 ・煮干し ・ぶたひき肉・甘みそ	・三温糖・むきごま・五色麩 ・精白米 ・うどん・なたね油	・長ねぎ・ブロッコリー・にんじん ・にんじん ・えのきたけ・糸みつば・オレンジ ・たけのこ水煮缶詰 ・乾しいたけ・しょうが・きゅうり	424kcal 18.4g	12.6g 2.5g	385kcal 19.0g	15.4g 3.1g
23	水	生揚げひき肉炒め 水菜ツナマヨサラダ みそ汁(豆腐、なめこ、葱) バナナ	お茶 わかめおにぎり	・ぶたひき肉・生揚げ ・まぐろ油漬缶詰 ・木綿豆腐・煮干し ・甘みそ	・片栗粉・三温糖・マヨドレ ・精白米 ・いりごま	・こねぎ・みずな・にんじん・なめこ ・長ねぎ ・バナナ・塩わかめ	397kcal 14.2g	11.1g 0.3g	352kcal 13.7g	13.5g 0.4g
24	木	車麩とキャベツ炒め ちくわマヨケチャップ炒め みそ汁(玉ねぎ、油揚げ、人参、葱) オレンジ	牛乳 フランクフルト	・ぶたもも・焼き竹輪 ・油揚げ ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ	・車ふ・なたね油・ごま ・天ぷら粉 ・マヨドレ・精白米	・たまねぎ・キャベツ・にんじん ・青ピーマン ・トマトケチャップ・長ねぎ ・オレンジ	444kcal 19.9g	21.7g 1.5g	411kcal 20.8g	26.8g 1.9g
25	金	※お誕生日会※ たけのこおにぎり チキン南蛮 春キャベツサラダ(青じそ) みそ汁(もやし、人参、えのき、葱) みかんゼリー	お茶 パンナコッタ (フルーツ添)	・油揚げ・若鶏むね・鶏卵 ・煮干し ・甘みそ・普通牛乳 ・生クリーム ・ゼラチン	・精白米・もち米・片栗粉 ・薄力粉 ・なたね油・三温糖 ・マヨドレ ・和風ドレッシング	・ゆでたけのこ・にんじん・しょうが ・たまねぎ ・きゅうり・キャベツ・コーン缶詰粒 ・にんじん・バナナ ・だいずもやし・えのきたけ・長ねぎ	565kcal 20.4g	18.3g 1.4g	561kcal 21.5g	22.4g 1.7g
26	土	豚肉カレー炒め ほうれん草とツナコーンサラダ もやしナムル みそ汁(刻み麩、にんじん、玉ねぎ、葱) バナナ	お茶 ふわふわきなこドーナツ	・ぶたもも・ぶたばら ・かつお油漬缶詰 ・煮干し・甘みそ ・絹ごし豆腐 ・豆乳・きな粉	・なたね油・三温糖・ごま油 ・ごま ・車ふ・精白米 ・ホットケーキミックス ・白玉粉	・たまねぎ・ぶなしめじ ・ほうれんそう ・にんじん・コーン缶詰粒 ・だいずもやし ・きゅうり・長ねぎ・バナナ	460kcal 15.8g	14.6g 1.4g	430kcal 15.7g	17.8g 1.7g
27	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
28	月	春野菜のスープ 鱈のケチャップ炒め ブロッコリーマヨネーズ オレンジ	牛乳 ナポリタン	・ぶたもも・ぶたばら ・すけとうだら ・普通牛乳	・三温糖・ごま油・大豆油 ・薄力粉 ・マヨドレ・精白米 ・スバゲティ	・キャベツ・にんじん・たまねぎ ・たけのこ水煮缶詰 ・トマトケチャップ・しょうが ・ブロッコリー ・オレンジ	452kcal 23.7g	15.4g 2.1g	420kcal 25.6g	18.9g 2.6g
29	火	各自おかず入り弁当持参	お茶 煎餅							
30	水	焼肉炒め 三色ナムル みそ汁(若布、豆腐、葱、人参) バナナ	お茶 ゆかりおにぎり バナナ	・ぶたもも・ぶたばら ・木綿豆腐 ・煮干し・甘みそ	・なたね油・三温糖 ・ごま油 ・精白米・いりごま	・エリンギ・青ピーマン・黄ピーマン ・たまねぎ ・ほうれんそう・にんじん ・だいずもやし ・長ねぎ・塩わかめ・にんじん	410kcal 14.3g	9.8g 0.8g	367kcal 13.8g	11.9g 1.0g

ご入園、ご進級おめでとうございます！

今年度も、日々成長していく子供たちを
「食」の面からサポートできるよう
安全でおいしい給食を提供したいと思います。

1年間、よろしく願いいたします。

