



# 4月 献立表



令和8年

ミルクィーホーム

日 曜	昼食	おやつ	あか			きいろ		みどり		その他
			体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	体をつくる 血や肉になる	
1 水	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 大根のきんぴら バイン缶 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 さつまいも 塩こうじ ごま油 砂糖 コンフレック 無塩バター マシュマロ	植物油 大根 人参 さやいんげん バイン缶	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶				
2 木	ご飯 コンソメスープ にこにこミートローフ フレッシュサラダ バナナ 麦茶	フライドポテト 牛乳	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 油 バン粉 砂糖 片栗粉 じゃがいも	しめじ チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ 人参 プロッコリー バナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶				
3 金	【清明】ご飯 味噌汁 さわらのあげぼの焼き なめたけ和え ジョア 麦茶	シュガーバイ 牛乳	味噌 高野豆腐 さわら ジョア 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ ハインシート	植物油 切干大根 ほうれん草 人参 白菜 きゅうり なめ茸	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶				
4 土	鶏丼 味噌汁 小松菜のお浸し オレンジ 麦茶	カップゼリー(ストロベ リー) アスバラガス 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 じゃが芋 ストロベリーゼリー アスバラガス	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物油 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶				
6 月	ご飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼き 大根のごまサラダ バイン缶 麦茶	ココアバンケーキ 牛乳	かつおだしパック 鶏肉 味噌 スキムミルク 牛乳	米 砂糖 油 ごま ホットケーキミックス	人参 白菜 万能ねぎ 大根 きゅうり コーン バイン缶	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 穀物酢 麦茶 ココア				
7 火	ピビンパ丼 わかめスープ バターしょうゆポテト ヨーグルト 麦茶	きな粉トースト 牛乳	豚肉 ヨーグルト 味噌 無塩 バター 牛乳 きな粉	米 ごま油 砂糖 ごま 油 食パン	しょうが ほうれん草 もやし 人参 えのき茸 わかめ じゃがいも グリンピース	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 みりん 料理酒 麦茶				
8 水	玄米入りご飯 ポークカレー キャベツとツナのサラダ オレンジ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 ウエハース	玉ねぎ 人参 キャベツ オレンジ ぶどうジュース アガー	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶				
9 木	ロールパン コンスープ 鶏肉のケチャップ炒め 白菜のマヨサラダ バナナ 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳	ロールパン 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米	人参 玉ねぎ ビーマン 白菜 きゅうり チンゲン菜 バナナ わかめ	シチューフレック 水 トマトケチャップ 料理酒 塩 麦茶 チキンスープの素				
10 金	ご飯 味噌汁 あじの塩焼き 厚揚げの煮物 バイン缶 麦茶	せんべい 牛乳	味噌 あじ 厚揚げ 牛乳	米 小切魁 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 せんべい	植物油 南瓜 にんにく しょうが 青のり 人参 しめじ さやいんげん バイン缶	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶				
11 土	そばろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	バンケーキ クラッカー 牛乳	鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 バンケーキ クラッカー	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 植物油 切干大根 小松菜 もやし きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶				
13 月	ご飯 豚汁 まぐろフライ 塩昆布和え オレンジ 麦茶	型抜きクッキー 牛乳	味噌 牛乳	米 油 まぐろフライ 砂糖 無塩バター	植物油 大根 人参 ごぼう 長ねぎ キャベツ コーン 塩昆布 オレンジ	水 料理酒 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶				
14 火	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 人参ドレッシングサラダ グレープフルーツ 麦茶	クラッカー(ブルーベ リー) ジャム) 牛乳	味噌 高野豆腐 ぶり スキムミルク 牛乳	米 油 砂糖	植物油 白菜 なめこ もやし 人参 チンゲン菜 グレープフルーツ 南瓜 レーズン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 人参ドレッシング 麦茶				
15 水	ご飯 コンソメスープ にこにこミートローフ フレッシュサラダ バイナップル 麦茶	フライドポテト 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 さつまいも 塩こうじ ごま油 砂糖 じゃがいも 油	植物油 大根 人参 さやいんげん バナナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶				
16 木	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 大根のきんぴら バナナ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 油 バン粉 砂糖 片栗粉 じゃがいも コンフレック 無塩バター マシュマロ	しめじ チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ 人参 プロッコリー バナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶				
17 金	肉野菜うどん さつまいものごまマヨ和え チーズ 麦茶	そばろおにぎり 麦茶	豚肉 油揚げ かつおだしパック チーズ 牛乳	うどん 油 さつまいも ノンエッグマヨネーズ ごま 米	人参 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 きゅうり コーン	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶				
18 土	鶏丼 味噌汁 小松菜のお浸し オレンジ 麦茶	カップゼリー(ストロベ リー) アスバラガス 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 じゃが芋 ストロベリーゼリー アスバラ ガス	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物油 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶				
20 月	【穀雨】ご飯 さやえんどうの味噌汁 たらののみん焼き キャベツの海苔和え ジョア 麦茶	シュガーバイ 牛乳	味噌 油揚げ たら ジョア 牛乳	米 砂糖 ハインシート	植物油 玉ねぎ さやえんどう しょうが キャベツ 人参 ほうれん草 焼きのり	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶				
21 火	ピビンパ丼 わかめスープ バターしょうゆポテト ヨーグルト 麦茶	きな粉トースト 牛乳	豚肉 ヨーグルト 味噌 無塩 バター 牛乳 きな粉	米 ごま油 砂糖 ごま 油 食パン	しょうが ほうれん草 もやし 人参 えのき茸 わかめ じゃがいも グリンピース	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 みりん 料理酒 麦茶				
22 水	玄米入りご飯 ポークカレー キャベツとツナのサラダ オレンジ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 ウエハース	玉ねぎ 人参 キャベツ オレンジ ぶどうジュース アガー	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶				
23 木	ロールパン コンスープ 鶏肉のケチャップ炒め 白菜のマヨサラダ バナナ 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳	ロールパン 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米	人参 玉ねぎ ビーマン 白菜 きゅうり チンゲン菜 バナナ わかめ	シチューフレック 水 トマトケチャップ 料理酒 塩 麦茶 チキンスープの素				
24 金	ご飯 味噌汁 あじの塩焼き 厚揚げの煮物 バイン缶 麦茶	いちごジャムマフィン 牛乳	味噌 あじ 厚揚げ 牛乳 クリーム	米 小切魁 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 無塩バター 砂糖 いちごジャム	植物油 南瓜 にんにく しょうが 青のり 人参 しめじ さやいんげん バイン缶	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー				
25 土	高野豆腐そばろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	バンケーキ クラッカー 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 バンケーキ クラッカー	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 植物油 切干大根 小松菜 もやし きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶				
27 月	ご飯 豚汁 まぐろフライ 塩昆布和え オレンジ 麦茶	型抜きクッキー 牛乳	味噌 牛乳	米 油 まぐろフライ 砂糖 無塩バター	植物油 大根 人参 ごぼう 長ねぎ キャベツ コーン 塩昆布 オレンジ	水 料理酒 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶				
28 火	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 人参ドレッシングサラダ グレープフルーツ 麦茶	クラッカー(ブルーベ リー) ジャム) 牛乳	味噌 高野豆腐 ぶり スキムミルク 牛乳	米 油 砂糖	植物油 白菜 なめこ もやし 人参 チンゲン菜 グレープフルーツ 南瓜 レーズン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 人参ドレッシング 麦茶				
30 木	肉野菜うどん さつまいものごまマヨ和え チーズ 麦茶	そばろおにぎり 麦茶	豚肉 油揚げ かつおだしパック チーズ 煮干し 牛乳	うどん 油 さつまいも ノンエッグマヨネーズ ごま 米	人参 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 きゅうり コーン わかめご飯の素	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶				

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼 目標量	550	19.3	17.1	300	1.5
幼 平均量	556	20.1	17.5	285	1.5
乳 目標量	481	16.8	15	225	1.3
乳 平均量	483	17.3	15.4	280	1.2

☆ 園の給食では栄養豊富でおいしい「金芽米」を使用しています。