

2025年 4月給食献立表



南ヶ丘こども園

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	火	肉うどん 果物	豚肉	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 バナナ
2	水	十六穀米 まさご揚げと添え野菜 春雨サラダ わかめの味噌汁	豆腐 ミンチ エビ じゃこ 卵	米 十六穀米 春雨	玉葱 ブロッコリー 胡瓜 わかめ 玉葱 人参
3	木	ご飯 鯖の竜田揚げと胡麻和え 野菜の煮物 えのきのすまし汁	鯖 厚揚げ	米 胡麻	いんげん 大根 人参 えのき 椎茸 人参 葱
4	金	ミートスパゲッティ ポテトサラダ もやしのスープ	牛豚ミンチ	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 胡瓜 もやし 玉葱 人参
5	土	エッグ	卵	パン	果物もしくはスープ 3～5歳はお弁当です。
7	月	カレーピラフ ひじきの煮物 大根のスープ	豚肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 大根 玉葱 人参 小松菜
8	火	十六穀米 鶏肉の唐揚げと添え野菜 ほうれん草の卵和え 玉葱の味噌汁	鶏肉 卵	米 十六穀米	ブロッコリー ほうれん草 人参 玉葱 人参 えのき
9	水	うどん シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	うどん	玉葱 人参 葱 胡瓜 人参 バナナ
10	木	ご飯 鯖の西京焼きと梅和え 切り干し大根の煮物 麩のすまし汁	鯖 うす揚げ	米 麩	梅 小松菜 切り干し大根 人参 いんげん 人参 ほうれん草 椎茸
11	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 ベーコンの炒め物 わかめのすまし汁	鶏肉 ベーコン	米 十六穀米 じゃが芋	葱 キャベツ コーン わかめ 人参 えのき
12	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	果物もしくはスープ 3～5歳はお弁当です。
14	月	ハヤシライス マカロニサラダ 果物	豚肉	米 マカロニ	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 バナナ
15	火	ご飯 カレイの照り焼きと胡麻和え ふかし芋 大根の味噌汁	かれい	米 胡麻 じゃが芋	いんげん ブロッコリー 大根 玉葱 人参 葱
16	水	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 もやしのスープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮	ピーマン 人参 筍 ニラ 玉葱 コーン もやし 玉葱 人参 小松菜
17	木	ご飯 鯖の塩焼きと梅和え ちくわの煮物 南瓜の味噌汁	鯖 ちくわ	米	梅 小松菜 大根 人参 南瓜 玉葱 人参 ほうれん草

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
18	金	赤飯 エビフライと添え野菜 ナポリタン えのきのスープ	小豆 エビ 卵 ベーコン	もち米 米 胡麻 スパゲッティ	キャベツ ピクルス 玉葱 玉葱 マッシュルーム えのき 玉葱 人参 小松菜
19	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	人参 キャベツ 果物もしくはスープ 3～5歳はお弁当です。
21	月	カレーライス コールスローサラダ 果物	豚肉	じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース キャベツ 人参 コーン バナナ
22	火	十六穀米 鶏肉の照り焼きと添え野菜 南瓜の煮物 なめこのすまし汁	鶏肉	米 十六穀米	胡瓜 南瓜 いんげん なめこ えのき ほうれん草 人参
23	水	焼きそば 卵焼きと添え野菜 ほうれん草のスープ	豚肉 卵	中華麺	キャベツ 人参 玉葱 胡瓜 ほうれん草 玉葱 人参
24	木	ご飯 鮭のムニエルと添え野菜 マカロニグラタン 青梗菜のスープ	鮭 ベーコン	米 マカロニ	キャベツ 玉葱 青梗菜 玉葱 人参
25	金	わかめご飯 トンカツと添え野菜 三色盛り ほうれん草の味噌汁	豚肉 卵	米 胡麻 春雨	わかめ キャベツ 胡瓜 ほうれん草 玉葱 人参
26	土	お弁当の日（給食はありません）			
28	月	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 コーン バナナ
29	火	昭和の日（お休み）			
30	水	他人丼 わかめの酢の物 なめこの味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 人参 胡瓜 なめこ 玉葱 人参 ほうれん草

エネルギー 526kcal ・ タンパク質 20.6g ・ 脂質 17.2g ・ カルシウム 236g

- ☆毎月バイキングがあります4・5歳児が参加しています。3歳児は3月に参加します。
- ◎第四土曜日・第五土曜日はお弁当の日になりますので給食はありません。(0～2歳児のみ)
- 3～5歳児の土曜日の保育は全てお弁当をご持参ください。給食はありません。
- *月に1回郷土料理を入れていきます。日本の伝統料理を通じて食に興味をもち楽しめるようにしています。
- ※ちゅうりっぷ・もも組が食べにくい場合は一部献立がかわります。
- (例えば酢の物は和え物に変わります)
- ◆御祝い膳は入園・進級を祝って子どもの好きなメニューにしています。
- また、新入園児にも食べてもらえるように慣らし保育がおわって給食が食べれるようになってからになりますので少し遅くなります。