



# 令和 07 年 4 月 予定献立表



五所川原こども園

| 日 曜    | 副 食 (未 満 児 11:15 / 以 上 児 11:30 )                    | 午 後 の お や つ            | エネルギー<br>(以上児) | 備 考         | 離 乳 食 (0 歳 児)                       |
|--------|-----------------------------------------------------|------------------------|----------------|-------------|-------------------------------------|
| 1 (火)  | スパゲッティナポリタン カラフルサラダ ヨーグルト<br>コンソメスープ (玉ねぎ・コーン) ふりかけ | ビスケット<br>牛乳            | 590            | 入園式         | おかゆ とり肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト<br>やさいのみぞ汁    |
| 2 (水)  | 豚丼の具 コールスローサラダ フルーツゼリー<br>みぞ汁 (とうふ・大根・わかめ)          | せんべい<br>牛乳             | 565            |             | おかゆ ぶた肉とにんじんの煮物 ヨーグルト<br>とうふのみぞ汁    |
| 3 (木)  | 焼き魚 (さけ) 切干大根の中華サラダ<br>フルーツキャロットゼリー みぞ汁 (小松菜・えのき)   | お麩ラスク<br>牛乳            | 558            | ※           | おかゆ さけときりほしだいこんの煮物 パナナ<br>こまつなのみぞ汁  |
| 4 (金)  | とり肉の照り焼き ひじきとあつあげの煮物 豆乳フリン<br>みぞ汁 (キャベ・玉ねぎ)         | キャロットロール<br>牛乳         | 586            |             | おかゆ とり肉ときゃべつの煮物 ヨーグルト<br>たまねぎのみぞ汁   |
| 5 (土)  | ささみカツ きゅうりの中華和え フルーツゼリー<br>みぞ汁 (じゃがいも・油あげ)          | せんべい<br>やさいジュース        | 596            |             | おかゆ ささみともやしの煮物 ヨーグルト<br>じゃがいものみぞ汁   |
| 7 (月)  | 肉じゃが めかぶ納豆 フルーツゼリー<br>みぞ汁 (もやし・しめじ・きざみこうや)          | マカロニきなこと<br>ジョア        | 598            | ※           | おかゆ 肉じゃが風煮 ヨーグルト もやしのみぞ汁            |
| 8 (火)  | かれいの竜田揚げ もやし炒め ヨーグルト<br>みぞ汁 (とうふ・なめこ)               | たいやき<br>牛乳             | 584            |             | おかゆ かれいとにんじんの煮物 ヨーグルト<br>とうふのみぞ汁    |
| 9 (水)  | 五目焼きそば チョレギサラダ マスカットゼリー<br>わかめスープ ふりかけ              | パナナ<br>牛乳              | 585            |             | おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト<br>きゃべつのみぞ汁   |
| 10 (木) | 手作りハンバーグ 春雨サラダ いちご<br>みぞ汁 (大根・油あげ・えのき)              | せんべい<br>牛乳             | 586            |             | おかゆ ひき肉とにんじんの煮物 いちご<br>だいこんのみぞ汁     |
| 11 (金) | ポークカレー 福神漬け コロコロきゅうり漬け<br>ヨーグルト 麦茶                  | ココアマフィン<br>牛乳          | 605            | ※           | おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト<br>麦茶       |
| 12 (土) | とり肉の味噌焼き フロッコリーとツナのサラダ<br>お楽しみデザート みぞ汁 (玉ねぎ・まいたけ)   | せんべい<br>やさいジュース        | 591            |             | おかゆ とり肉とフロッコリーの煮物 ヨーグルト<br>たまねぎのみぞ汁 |
| 14 (月) | とり肉のから揚げ わかめの酢の物 みかん缶<br>みぞ汁 (とうふ・おくら)              | コーンフレーク<br>牛乳          | 592            |             | おかゆ とり肉とやさいの煮物 ヨーグルト<br>とうふのみぞ汁     |
| 15 (火) | 赤魚の煮付け 切りこんぶのやわらか煮 フルーチェ<br>みぞ汁 (大根・きざみこうや・小ねぎ)     | 肉まん<br>牛乳              | 572            |             | おかゆ しらすとにんじんの煮物 ヨーグルト<br>だいこんのみぞ汁   |
| 16 (水) | クリームシチュー ハムサラダ りんごゼリー 麦茶                            | せんべい<br>牛乳             | 590            |             | おかゆ とり肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト<br>麦茶       |
| 17 (木) | 五目野菜しおラーメン たけのこ土佐煮 ヨーグルト<br>ふりかけ                    | ひよこ蒸しパン<br>牛乳          | 592            | ※           | おかゆ やさいうどん ヨーグルト                    |
| 18 (金) | とり肉のオレンジ煮 マカロニサラダ パナナ<br>みぞ汁 (玉ねぎ・油あげ)              | 丸パン<br>ジョア             | 605            | イースター<br>礼拝 | おかゆ とり肉とにんじんの煮物 パナナ<br>たまねぎのみぞ汁     |
| 19 (土) | つくね焼き ポテトサラダ フルーツゼリー<br>みぞ汁 (まいたけ・もやし)              | せんべい<br>やさいジュース        | 583            |             | おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮物 ヨーグルト<br>もやしのみぞ汁   |
| 21 (月) | ぶた肉のしょうが焼き シーザー風サラダ<br>フルーツゼリー みぞ汁 (あつあげ・えのき・わかめ)   | せんべい<br>牛乳             | 585            |             | おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト<br>やさいのみぞ汁    |
| 22 (火) | さばのみそ煮 切干大根の煮物 パナナ<br>みぞ汁 (玉ねぎ・小松菜・まめふ)             | お花見おにぎり<br>麦茶          | 583            | ※           | おかゆ しらすとにんじんの煮物 パナナ<br>たまねぎのみぞ汁     |
| 23 (水) | チーズ納豆 チキンナゲット ヨーグルト<br>ギョウザスープ                      | ふかし芋<br>牛乳             | 597            |             | おかゆ ほうれん草納豆 ヨーグルト<br>ちんげんさいスープ      |
| 24 (木) | あったかうどん 肉しょうまい ぶどうゼリー<br>のり佃煮                       | クラッカー<br>牛乳            | 598            |             | おかゆ やさいうどん ヨーグルト                    |
| 25 (金) | チキンカレー 福神漬け レタスサラダ 麦茶<br>★ピーチゼリー★                   | せんべい<br>やさいジュース        | 598            | お誕生会        | おかゆ とり肉とじゃがいもの煮物 ヨーグルト<br>麦茶        |
| 26 (土) | 麻婆豆腐 もやしナムル お楽しみデザート<br>中華スープ (玉ねぎ・コーン)             | さつまいもと栗のタルト<br>やさいジュース | 595            |             | おかゆ マーボー豆腐風煮 ヨーグルト<br>たまねぎスープ       |
| 28 (月) | ぶた肉のケチャップソテー コーンサラダ<br>アセロラゼリー みぞ汁 (じゃがいも・しめじ・油あげ)  | せんべい<br>牛乳             | 594            |             | おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト<br>じゃがいものみぞ汁  |
| 30 (水) | コーンクリームシチュー ジャコサラダ ヨーグルト<br>麦茶                      | レースン蒸しパン<br>牛乳         | 597            | ※           | おかゆ とり肉とにんじんの煮物 ヨーグルト 麦茶            |

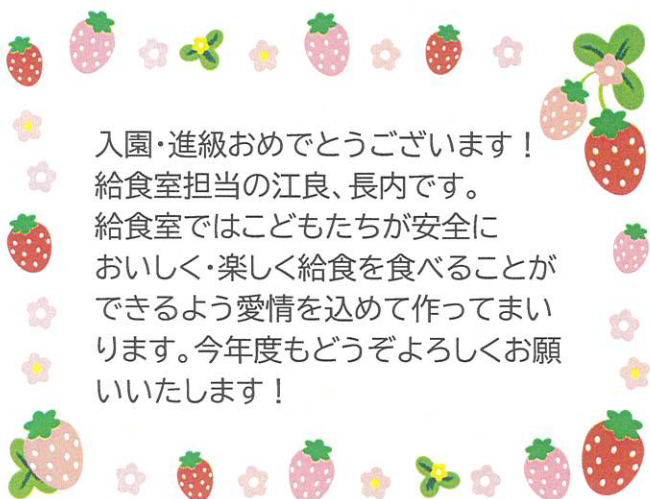
※0歳児については、月齢に応じた離乳食を作ります。未満児は完全給食(ごはん、デザートを含む)です。 ※は、手づくりおやつの日です。

※エネルギー(以上児)はごはん 110gで計算しています。

※骨なしの魚を使用しておりますが、まれに骨が残っていることがあります。気をつけて食べてくださいね。



## 給食だより



入園・進級おめでとうございます！  
給食室担当の江良、長内です。  
給食室ではこどもたちが安全に  
おいしく・楽しく給食を食べることが  
できるよう愛情を込めて作ってまい  
ります。今年度もどうぞよろしくお願い  
いたします！

こども園では、食事摂取基準  
(2025 年度版)に基づき算定  
した一日当たりのカロリーの  
45%を目安に給食を提供して  
います。

以上児さんへ提供している  
給食の写真を玄関に展示してい  
ますので、ご家庭での食事量の  
参考にしてみてくださいね☺

※ご家庭から持参の白米は  
110g185 kcalで計算していま  
す。



4/10(木)は  
おめでとうランチを  
提供予定です！

