

2025年

かつ きゅうしよく こんだて ひよつ
4月 給食献立表

チャイルドアカデミー上社保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (○はおやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1火	チキンライス ほうれん草のソテー 野菜スープ 洋なし缶	520.6(416.3) 18.1(14.5) 14.8(11.8) 1.3(1.0)	米、油 ○ホットケーキ粉○油	鶏もも肉 ○牛乳	たまねぎ、洋なし缶 もやし、ほうれん草 コーン、にんじん マッシュルーム ピーマン、セロリ ○バナナ	ケチャップ コンソメ、食塩 ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 バナナ ケーキ	
2水	御飯 ホキの和風ムニエル かぼちゃのそぼろあん 高野豆腐のみそ汁 パイン缶	536.3(428.8) 21.4(17.1) 10.8(8.6) 1.3(1.0)	米、小麦粉 片栗粉、砂糖 ○砂糖	ホキ、鶏ひき肉 米みそ、無塩バター 高野豆腐 ○牛乳	かぼちゃ、パイン缶 たまねぎ、ごぼう ○粉かんでん ○りんご濃縮果汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 りんご ゼリー	
3木	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ チンゲン菜のスープ オレンジ	580.3(455.1) 24.3(18.9) 22.7(17.6) 1.6(1.3)	ロールパン じゃがいも 片栗粉、砂糖 マヨネーズ ○米	豚ひき肉 ○牛乳○かつお節	たまねぎ、オレンジ にんじん、いんげん チンゲンサイ	ケチャップ、酢 コンソメ、食塩 ○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 おかか おにぎり	
4金	御飯 鶏肉と白菜のクリーム煮 にんじんサラダ 大根スープ もも缶	538.4(426.1) 21.2(16.2) 14.4(11.3) 0.7(0.5)	米、小麦粉 砂糖、油 ○砂糖	鶏もも肉、牛乳 無塩バター ○牛乳	はくさい、だいこん もも缶、にんじん きゅうり、コーン たまねぎ、しめじ ○粉かんでん	酢、コンソメ 中華だしの素、食塩 ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 ココア プリン	
5土	入園式								
7月	御飯 さばのタンドリー焼き ツナサラダ もずくスープ パイン缶	557.0(445.6) 21.2(16.9) 17.6(14.1) 1.1(0.9)	米 ○パイ皮	さば、ツナ油漬缶 ヨーグルト ○牛乳 ○ゆであずき缶	キャベツ、パイン缶 だいこん、もずく たまねぎ しょうが、にんにく	ケチャップ、コンソメ しょうゆ、食塩 カレー粉 イタリアンドレッシング	牛乳 スナック	牛乳 小倉パイ	園外保育 (5歳児)
8火	キッズビビンバ 甘辛ポテト もやしのスープ 洋なし缶	587.9(459.1) 17.9(14.2) 14.7(11.6) 1.7(1.4)	米、さつまいも 砂糖、油、ごま油 ○マッシュマロ ○クラッカー	豚ひき肉、米みそ ○牛乳	洋なし缶、もやし にんじん、ほうれん草 コーン、たまねぎ だいこん、ねぎ しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん 中華だしの素 コンソメ、食塩	牛乳 スナック	牛乳 クラッカー サンド	園外保育 (4歳児)
9水	御飯 さわらの西京焼き 野菜炒め 若竹汁 もも缶	536.8(429.2) 19.1(15.2) 11.4(9.1) 1.5(1.2)	米、砂糖、油 ○砂糖	さわら、白みそ ○牛乳	もも缶、キャベツ たまねぎ、にんじん たけのこ、あさつき カットわかめ ○洋なし缶○パイン缶 ○バナナ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 コンソメ、みりん	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ポンチ	
10木	食パン 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ 豆乳スープ オレンジ	512.9(400.1) 27.4(21.4) 18.6(14.3) 1.9(1.5)	食パン、マヨネーズ ○ごま油 ○焼きそばめん	豆乳、鶏もも肉、ハム ○牛乳○豚肉	オレンジ、にんじん もやし、はくさい たまねぎ、ひじき マーマレードジャム ○キャベツ○にんじん	しょうゆ、みりん コンソメ、食塩 ○中華だしの素 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 塩焼きそば	
11金	御飯 豆腐のチャンプルー マロニーのお浸し 切り干し大根のみそ汁 パイン缶	547.2(437.7) 21.0(16.8) 18.0(14.4) 1.5(1.2)	米、マロニー 砂糖、油、ごま油 ○じゃがいも○油	木綿豆腐、豚肉 鶏ささ身、米みそ ○牛乳	にんじん、パイン缶 きゅうり、たまねぎ チンゲンサイ 切り干しだいこん ○あおのり	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、めんつゆ 食塩 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 フライド ポテト	
12土	五目御飯 キャベツのおかか和え バナナ	509.3(404.6) 19.4(15.5) 9.5(7.6) 1.2(1.0)	米、油、砂糖 ○スナック	鶏もも肉 油揚げ、かつお節 ○牛乳	にんじん、ごぼう バナナ、キャベツ しいたけ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん	牛乳 チーズ	牛乳 スナック	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

●何かお気づきの点がございましたら、担任の方へお伝え下さい。

●4月25日(金)は4・5歳児クラスのカリキュラム、ワールドトリップにちなみナイジェリア料理を入れています。

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せ、園で精米しています。基本的に水、金曜日は七分づきにしています。

4月のクッキング オレンジ・グレープ・アップル・・・18日(金)



日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (kcal/g)	材 料 名 (○はおやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
14月	御飯 厚揚げのお好み焼き風 春雨炒め トマトスープ もも缶	524.8(398.5) 19.4(15.2) 19.1(15.1) 1.0(0.8)	米、はるさめ マヨネーズ、砂糖 ごま油、ごま ○焼ふ○グラニュー糖	厚揚げ、豚ひき肉 かつお節 ○牛乳○無塩バター	にんじん、たまねぎ もも缶、キャベツ トマトピューレ にら、にんにく セロリ、あおのり	お好み焼きソース しょうゆ、コンソメ 食塩、みりん	牛乳 スナック	牛乳 お麩ラスク	
15火	たけのご御飯 高野豆腐の含め煮 具だくさん汁 洋なし缶	536.2(428.8) 20.2(16.2) 12.7(10.1) 1.7(1.4)	米、さつまいも 板こんにやく 砂糖、油 ○食パン○砂糖 ○コーンスターチ	鶏もも肉、油揚げ 米みそ、高野豆腐 ○牛乳○加糖練乳	にんじん、洋なし缶 みつば、しいたけ たけのこ、いんげん ごぼう、ひじき	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒 みりん、食塩	牛乳 スナック	牛乳 ミルク サンド	園外保育 (3歳児)
16水	御飯 さばの塩焼き きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁 もも缶	555.3(435.2) 19.1(14.4) 18.3(13.9) 1.3(1.1)	米、糸こんにやく ごま油、砂糖 ○さつまいも○砂糖	さば、米みそ ○無塩バター○牛乳	もも缶、にんじん ごぼう、たまねぎ こまつな	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、食塩	牛乳 スナック	牛乳 スイート ポテト	
17木	ロールパン ナポリタン コールスローサラダ 田舎スープ オレンジ	540.4(432.3) 19.6(15.6) 19.6(15.7) 1.7(1.4)	ロールパン スパゲティ マヨネーズ、油、砂糖 ○砂糖○米粉○ごま 油	ベーコン ○牛乳○豚ひき肉 ○しらす干し	たまねぎ、オレンジ キャベツ、にんじん ブロッコリー、しめじ ○コーン○にら	ケチャップ、酢 コンソメ、食塩 ○しょうゆ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 チヂミ	
18金	御飯 あじのムニエル ブロッコリーソテー わかめスープ パイン缶	580.5(460.0) 20.9(15.9) 18.3(14.5) 1.4(1.1)	米、油、小麦粉 ○ホットケーキ粉 ○砂糖	あじ ○牛乳○無塩バター	にんじん、パイン缶 ブロッコリー、コーン だいこん、にんにく カットわかめ ○ほうれんそう	中華だしの素、 塩、コンソメ ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 ほうれん草 ケーキ	クッキング (3・4・5歳児)
19土	そぼろ丼 にらスープ バナナ	512.5(407.1) 18.4(14.7) 11.8(9.4) 1.4(1.1)	米、砂糖、油 ○スナック	鶏ひき肉 ○牛乳	にんじん、はくさい バナナ、たまねぎ にら、干しいたけ	中華だしの素 しょうゆ、みりん 酒、食塩	牛乳 チーズ	牛乳 スナック	
21月	御飯 シルバーのごま焼き 大根の煮物 さつまい もも缶	580.9(459.9) 23.0(18.1) 14.9(11.8) 1.6(1.3)	米、さつまいも 砂糖、ごま ○ホットケーキ粉 ○砂糖	シルバー、鶏もも肉 米みそ、油揚げ ○牛乳 ○クリームチーズ	だいこん、にんじん もも缶、いんげん ねぎ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 チーズ 蒸しパン	
22火	カレーライス キャベツの甘酢和え おくらスープ 乳酸ドリンク	584.3(450.4) 17.1(13.4) 17.7(14.1) 1.4(1.1)	米、じゃがいも 小麦粉、油、砂糖 ○ホットケーキ粉 ○グラニュー糖○油	乳酸菌飲料、鶏もも肉 牛乳、ちくわ ○牛乳○木綿豆腐	たまねぎ、キャベツ にんじん、コーン オクラ、にんにく しょうが	カレールー、酢 コンソメ、食塩	牛乳 スナック	牛乳 ドーナツ	お誕生日会
23水	御飯 鶏肉の竜田揚げ 納豆和え かぶのすまし汁 パイン缶	596.2(476.9) 20.5(16.4) 29.1(23.2) 1.4(1.1)	米、油、片栗粉 マヨネーズ、もち粉	鶏もも肉 挽きわり納豆 ○牛乳○ヨーグルト	パイン缶、ほうれんそう にんじん、たまねぎ かぶ、あさつき かぶ葉、しょうが ○もも	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩	牛乳 スナック	牛乳 ヨーグルト 和え	
24木	食パン クリームシチュー ポテトサラダ オレンジ	538.6(426.9) 19.7(15.6) 17.9(14.0) 1.4(1.1)	食パン、じゃがいも 米粉、マヨネーズ 油、砂糖 ○米○もち米 ○砂糖○ごま	牛乳、豚肉 無塩バター ○牛乳○米みそ	たまねぎ、オレンジ にんじん、キャベツ コーン、いんげん ブロッコリー	コンソメ、酢 食塩、こしょう ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 五平餅	
25金	ゆかり御飯 ホキの煮付け 白菜の煮浸し 三つ葉のみそ汁 もも缶	524.3(418.9) 20.7(16.5) 15.7(12.5) 1.7(1.4)	米、砂糖 ○パイ皮	ホキ、米みそ 油揚げ ○牛乳	はくさい、だいこん もも缶、にんじん みつば	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん 酒、しそふりかけ	牛乳 スナック	牛乳 パステル デナタ	ワールド (ナイジェリア)
26土	ツナチャーハン 中華スープ バナナ	524.7(416.0) 16.0(12.7) 11.9(9.4) 1.6(1.3)	米、じゃがいも ごま油 ○スナック	ツナ油漬缶 ○牛乳	にんじん、バナナ たまねぎ、ねぎ トマトペースト、コーン	中華だしの素 しょうゆ、食塩	牛乳 チーズ	牛乳 スナック	
28月	御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ ポパイスープ 洋なし缶	560.3(422.0) 19.7(15.0) 15.4(11.7) 1.7(1.3)	米、はるさめ 砂糖、片栗粉 油、ごま油 ○玄米粉レーク ○コーンフレーク ○マシュマロ	木綿豆腐、豚ひき肉 鶏ささ身、米みそ ○牛乳○無塩バター	洋なし缶、もやし きゅうり、にんじん たまねぎ、ねぎ しょうが、にんにく ほうれんそう	酢、しょうゆ 中華だしの素 ケチャップ、食塩	牛乳 スナック	牛乳 玄米 フレーク スナック	
29火	昭和の日								
30水	御飯 八宝菜 切り干し大根の旨煮 菜花のすまし汁 もも缶	524.9(419.9) 17.4(13.9) 13.2(10.6) 1.3(1.1)	米、油、片栗粉 ごま油、砂糖 ○黒砂糖 ○小麦粉○砂糖	鶏もも肉、ツナ油漬缶 ○牛乳	はくさい、にんじん たまねぎ もも缶、なばな 切り干しだいこん エリンギ、しょうが	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん 中華だしの素、食塩	牛乳 スナック	牛乳 黒糖 ういろ	