

# 給食献立表

2025年 4月 こぐま保育園 給食室



## 4月

ご入園、ご進級  
おめでとう  
ございます

こぐま保育園の1ヶ月の献立は、  
2週間サイクルになっています。

献立の内容は、実物を事務室前の  
「給食展示コーナー」に展示します。  
また、給食展示の隣に旬の食材や給食  
メニューの紹介を、異年齢クラスでも  
配布している「くまさんだより」で掲  
示しています。お迎えの時などに、是  
非ご覧ください。

### 今月の予定

4月15日(火)…小遠足

3才児からお弁当の用意をお願い  
します。

4月25日(金)…誕生会

軽食が、お祝いメニューになりま  
す。

予定…カップケーキ

フルーツ ジュース

今月のフルーツ：

柑橘類・いちご・りんご

	朝のおやつ	昼食	軽食		主に熱や力のもとになるもの	主に体を作るもの	主に体の調子を整えるもの	栄養量 昼+軽食
14 28	月 クラッカー 牛乳	御飯 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) 松風焼き ジャが芋とピーマンの煮物 小松菜のお浸し	大学芋 炒り子 (乳児：芋の天ぷら) フルーツ 牛乳	昼 食 の 主 材 料	米 パン粉 砂糖 じゃがいも	油揚げ 味噌 鶏ひき肉 ポピーシード	キャベツ 長葱 生姜 小松菜 グリーンピース	I補給 - 551 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 16.4 g
1 15	火 ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁 (豆腐・しめじ) ししゃも (乳児：鱈の塩焼き) 大根と人参 のキンピラ ほうれん草のお浸し	シュガー トースト フルーツ 牛乳		米 ゴマ油 砂糖	ししゃも(乳児：鱈) すりゴマ 味噌 絹豆腐	しめじ 大根 人参 ほうれん草	I補給 - 527 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 14.0 g
2 16 30	水 せんべい 牛乳	御飯 味噌汁 (もやし・えのき) つくね煮 大根の煮物 スナップエンドウの塩ゆで	芋羊羹 おしゃぶり 昆布 (乳児炒り子) フルーツ 牛乳		米 パン粉 砂糖 片栗粉	味噌 鶏ひき肉	もやし えのき 長葱 大根 スナップエンドウ	I補給 - 510 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 15.7 g
3 17	木 クラッカー 牛乳	カレーライス (1歳はハヤシライス) トマト らっきょう (3歳~) スティック胡瓜 (乳) 胡瓜の塩もみ	ココア蒸しパン 炒り子 フルーツ 牛乳		米 ケチャップ 油 ソース じゃがいも カレールウ	豚ももスライス	玉葱 人参 にんにく 生姜 トマト 胡瓜 らっきょう	I補給 - 682 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 18.2 g
4 18	金 ビスケット 牛乳	バターロール わかめスープ 鮭のムニエル 揚げ新じゃが キャベツと胡瓜の塩もみ	焼きおにぎり (鶏ひき肉) フルーツ 牛乳		パン ゴマ油 小麦粉 油 じゃがいも	すりゴマ 鮭	わかめ 長葱 キャベツ 胡瓜	I補給 - 558 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 18.2 g
5 19	土 せんべい お茶	御飯 味噌汁 (絹豆腐・なめこ) 鱈の塩焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草のお浸し	いちごマフィン フルーツ お茶		米 さつまいも 砂糖	絹豆腐 味噌 鱈	なめこ ほうれん草	I補給 - 550 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 16.0 g
7 21	月 クラッカー 牛乳	御飯 味噌汁 (かぶ・かぶの葉・油揚げ) 焼き鮭 南瓜の煮物 キャベツのおかか和え	ジャムサンド 野菜スティック フルーツ 牛乳		米 砂糖	油揚げ 味噌 鮭 かつお節	かぶ 南瓜 キャベツ	I補給 - 543 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 10.9 g
8 22	火 ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁 (大根・油揚げ) 豆腐ハンバーグ 人参の含め煮 スナップエンドウの塩ゆで	ツナチャーハン フルーツ 牛乳		米 ケチャップ 中濃ソース 片栗粉 砂糖 小麦粉	味噌 油揚げ 鶏ひき肉 木綿豆腐	大根 長葱 大葉 人参 スナップエンドウ	I補給 - 544 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 13.0 g
9 23	水 せんべい 牛乳	御飯 (23日だけのご御飯) 味噌汁 (豆腐・長葱) 真鯛の塩焼き 冬瓜の煮物 ブロッコリーの塩ゆで	肉まんじゅう フルーツ 牛乳		米 砂糖 片栗粉	絹豆腐 味噌 真鯛 23日：油揚げ	長葱 冬瓜 ブロッコリー 23日：だけのご、人参	I補給 - 483 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 12.4 g
10 24	木 クラッカー 牛乳	御飯 味噌汁 (白菜・なめこ) ミートローフ さつま芋のオレンジ煮 いんげんの塩ゆで	茶まんじゅう 炒り子 フルーツ 牛乳		米 さつま芋 パン粉 砂糖	豚ひき肉 味噌	白菜 なめこ オレンジジュース いんげん 玉葱	I補給 - 634 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 18.4 g
11 25	金 ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁 (キャベツ・玉葱) マーボー豆腐 かぶと人参の煮物 アスパラガスのお浸し	じゃが丸くん フルーツ 牛乳 誕生会		米 油 ゴマ油 片栗粉 砂糖	味噌 赤味噌 木綿豆腐 豚ひき肉	玉葱 キャベツ 長葱 生姜 人参 アスパラガス かぶ	I補給 - 482 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 16.0 g
12 26	土 せんべい お茶	御飯 味噌汁 (もやし・わかめ) 鱈の味噌漬焼き 南瓜の煮物 小松菜のお浸し	りんご蒸しパン フルーツ お茶		米 砂糖	味噌 鱈	もやし わかめ 南瓜 小松菜	I補給 - 468 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 8.5 g

行事、材料の都合などにより献立変更をする事がありますのでご了承ください。(栄養量は幼児のもので、目安にしてください。)  
朝のおやつは1~2才児に提供しています。