

令和8年 4月

給食予定献立表

伊勢田こども園

日 曜	献立名	使用材料				おやつ	栄養価		
		赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児／幼児		
1 水	入園・進級式						エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
2 木	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のツナサラダ	牛肉、焼き豆腐 ツナ	葱、玉葱、白菜 ほうれん草、人参	米 つきこん、麩、なたね油、 三温糖 三温糖	こいくち醤油 こいくち醤油、酢	牛乳、オレンジ、 ミレービスケット	エネルギー たんぱく質 脂質	478 kcal 20.3 g 15.6 g	506 kcal 20.6 g 14.6 g
3 金	ご飯 豚肉の味噌炒め 磯和え えのきと玉葱のスープ	豚肉	葱 白菜、人参 えのき茸、玉葱	米 なたね油	味噌、みりん、こいくち醤油 こいくち醤油、刻みのり 鶏がらスープ	牛乳、りんご、 星っこせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	441 kcal 22.2 g 11.1 g	453 kcal 21.5 g 9.3 g
4 土	鮭と高菜のご飯 具だくさん豚汁	鮭 豚肉、鯉節	たかな 大根、ごぼう、人参、玉葱、葱	米 里芋	味噌、みりん、薄口醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	320 kcal 15.6 g 5.5 g	281 kcal 13.8 g 1.8 g
6 月	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き 白菜の胡麻和え かぼちゃのすまし汁	鶏肉 鯉節	白菜、人参 かぼちゃ	米 三温糖 三温糖、すり胡麻	トマトケチャップ、 中濃ソース こいくち醤油 薄口醤油、塩	牛乳、 (手)フルーとりんごのゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質	479 kcal 21.4 g 15.7 g	513 kcal 22.7 g 15.5 g
7 火	ご飯 八宝菜 きゅうりのマヨネーズ和え	豚肉 ちりめん雑魚	人参、玉葱、キャベツ、白菜、 干し椎茸 きゅうり、若布	米 三温糖、片栗粉、なたね油	薄口醤油、鶏がらスープ こいくち醤油、マヨネーズ	チーズ、畑のスナック →バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質	434 kcal 18.5 g 16.4 g	428 kcal 17.1 g 14.1 g
8 水	ご飯 肉じゃが キャベツと油揚げのお浸し	牛肉 油揚げ、糸鯉	人参、玉葱、グリーンピース キャベツ	米 じゃが芋、なたね油、三温糖	こいくち醤油 こいくち醤油	牛乳、みかんゼリー、 全粒粉クラッカー	エネルギー たんぱく質 脂質	521 kcal 18.6 g 15.4 g	555 kcal 18.9 g 14.6 g
9 木	若布うどん ゆかり和え	鶏肉、鯉節	若布、人参、白菜、葱 大根、きゅうり	うどん、三温糖	薄口醤油 ゆかり	(手)高菜おにぎり	エネルギー たんぱく質 脂質	429 kcal 17.8 g 6.7 g	427 kcal 16.6 g 3.4 g
10 金	ご飯 白身魚フライ 白身魚の青のりパン粉焼き(完了期) もやしのだんご和え 水菜と玉葱のスープ	メルルーサ、青のり	もやし、人参、きゅうり 水菜、玉葱	米 小麦粉、パン粉、なたね油 三温糖	塩こしょう 酢、薄口醤油 鶏がらスープ	牛乳、バナナ、ミニのりすけ	エネルギー たんぱく質 脂質	507 kcal 21.4 g 15.2 g	522 kcal 21.5 g 13.5 g
11 土	和風スープバゲティー キャベツの塩昆布和え	豚肉、鯉節 塩昆布	人参、玉葱、えのき茸、葱 キャベツ、	スバゲティー、片栗粉	鶏がらスープ 薄口醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	280 kcal 14.8 g 5.2 g	235 kcal 12.7 g 1.6 g
13 月	ご飯 サワラの煮付け お浸し もやしと若布の味噌汁	さわら 鯉節	しょうが 小松菜、白菜、人参 もやし、若布	米 三温糖	薄口醤油、酒 こいくち醤油 味噌	牛乳、 (手)コンソメマカロニ	エネルギー たんぱく質 脂質	454 kcal 23.6 g 13.5 g	466 kcal 23.2 g 11.7 g
14 火	ハヤシライス コーンサラダ	牛肉	玉葱、人参、グリーンピース、 しめじ キャベツ	米、なたね油 コーン、なたね油	トマトピューレ、 鶏がらスープ、ハヤシルー ハヤシルウ (ハヤシの王子様) 酢、薄口醤油	牛乳、オレンジ、 木葉せんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	488 kcal 17.1 g 16.6 g	515 kcal 16.9 g 15.8 g
15 水	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のツナサラダ	牛肉、焼き豆腐 ツナ	葱、玉葱、白菜 ほうれん草、人参	米 つきこん、麩、なたね油、 三温糖 三温糖	こいくち醤油 こいくち醤油、酢	牛乳、(手)豆乳もち	エネルギー たんぱく質 脂質	564 kcal 27.1 g 16.4 g	601 kcal 28.2 g 15.5 g
16 木	ご飯 鶏ささ身のフライ 鶏ささ身のパン粉焼き(完了期) 醤油ドレッシング和え ほうれん草のスープ	鶏ささ身	キャベツ、きゅうり、人参 ほうれん草	米 小麦粉、パン粉、なたね油 なたね油、三温糖	塩こしょう、 トマトケチャップ 薄口醤油、酢 鶏がらスープ	牛乳、(手)プレーンケーキ →米粉ケーキ	エネルギー たんぱく質 脂質	592 kcal 24.1 g 18.6 g	636 kcal 26.3 g 18 g
17 金	ご飯 豚肉の味噌炒め 磯和え えのきと玉葱のスープ	豚肉	葱 白菜、人参 えのき茸、玉葱	米 なたね油	味噌、みりん、こいくち醤油 こいくち醤油、刻みのり 鶏がらスープ	牛乳、りんご、ウエハース	エネルギー たんぱく質 脂質	443 kcal 20.9 g 12 g	463 kcal 21.5 g 10.6 g
18 土	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g

		平均栄養価	目標栄養価
乳児	エネルギー	494 kcal	550kcal
	たんぱく質	20.8 g	20.0g
	脂質	14.5 g	12~18g
幼児	エネルギー	512 kcal	580kcal
	たんぱく質	20.7 g	22.4g
	脂質	12.9 g	14~20g

※ 平均栄養価には土曜日の栄養価は含まれていません。

- ※ 子どもたちがより楽しく食べられるように献立内容を変更しています。
- 子どもたちに話を聞いたり、献立内容にご意見があればまたお聞かせください。
- ※ 都合により、献立・食材を変更する場合があります。
- ※ 栄養価は、昼食と3時のおやつの合計です。(乳児は10時の牛乳が含まれているため、乳児栄養価が幼児栄養価を上回る場合があります)
- ※ 土曜日の栄養価には3時のおやつは含まれていません。
- ※ 土曜日のおやつはお楽しみ菓子です。
- ※ 完了期は揚げ物を焼き物に変更しています。
- ※ マヨネーズ・ちくわは卵を使っていないものを使用しています。

日	曜	献立名	使用材料				おやつ	栄養価		
			赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児/幼児		
20	月	ご飯 八宝菜 きゅうりのマヨネーズ和え	豚肉 ちりめん雑魚	人参、玉葱、キャベツ、白菜、干し椎茸 きゅうり、若布	米 三温糖、片栗粉、なたね油	薄口醤油、鶏がらスープ こいくち醤油、マヨネーズ	牛乳、(手)豆乳蒸しパン	エネルギー たんぱく質 脂質	540 kcal 18.3 g 18.4 g	574 kcal 18.2 g 17.8 g
21	火	ご飯 鶏肉のバーナー焼き 白菜の胡麻和え かぼちゃのすまし汁	鶏肉 鯉節	人参、玉葱、キャベツ	米 三温糖 すり胡麻、三温糖	薄口醤油、鶏がらスープ こいくち醤油、塩	牛乳、(手)フルーツポンチ	エネルギー たんぱく質 脂質	514 kcal 22.4 g 16.4 g	543 kcal 23.1 g 15.4 g
22	水	ご飯 肉じゃが キャベツと油揚げのお浸し	牛肉 油揚げ、糸鰯	人参、玉葱、グリーンピース キャベツ	米 じゃが芋、なたね油、三温糖	こいくち醤油 こいくち醤油	ヨーグルト、→ぶどうゼリー 野菜スティック	エネルギー たんぱく質 脂質	451 kcal 18.5 g 10.6 g	444 kcal 17.2 g 7.7 g
23	木	若布うどん ゆかり和え	鶏肉、鯉節	若布、人参、白菜、葱 大根、きゅうり	うどん、三温糖	薄口醤油 ゆかり	(手)人参おにぎり	エネルギー たんぱく質 脂質	513 kcal 21.7 g 10.7 g	484 kcal 20.3 g 7.7 g
24	金	ご飯 白身魚フライ 白身魚の青のりパン粉焼き(完了期) もやし、甘酢和え 水菜と玉葱のスープ	メルルーサ、青のり	もやし、人参、きゅうり 水菜、玉葱	米 小麦粉、パン粉、なたね油 三温糖	塩こしょう 酢、薄口醤油 鶏がらスープ	牛乳、いちご、紫芋チップ	エネルギー たんぱく質 脂質	517 kcal 19.8 g 15.5 g	549 kcal 20.9 g 14.2 g
25	土	若布ご飯 具だくさん豚汁	豚肉、鯉節	若布 大根、ごぼう、人参、玉葱、葱	米 里芋	味噌、みりん、薄口醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	289 kcal 13.2 g 5.1 g	267 kcal 11.5 g 1.4 g
27	月	ご飯 サワラの煮付け お浸し もやしと若布の味噌汁	さわら 鯉節	しょうが 小松菜、白菜、人参 もやし、若布	米 三温糖	薄口醤油、酒 こいくち醤油 味噌	チーズ、カリボテスナック →バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質	435 kcal 23.3 g 15 g	418 kcal 21.4 g 11.9 g
28	火	カレーライス コーンサラダ	豚肉	玉葱、人参 キャベツ	米、じゃが芋、なたね油 コーン、なたね油	カレールー(パーモンド) →カレールー(カレーの王子さま) 酢、薄口醤油	牛乳、(手)桜クッキー	エネルギー たんぱく質 脂質	594 kcal 18.1 g 18.5 g	633 kcal 18.2 g 18 g
30	木	ピピン丼 若布スープ	牛肉 白焼ミンチ(さくらんぼ・れんげ・すみれ)	人参、ほうれん草、小松菜、もやし 若布、玉葱	米、三温糖、すり胡麻、胡麻油	酒、こいくち醤油 鶏がらスープ	牛乳、バナナ お楽しみ菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	488 kcal 20.3 g 11.1 g	515 kcal 20.6 g 9.4 g

手作りおやつ



6日 フルーツとりんごゼリー
リンゴジュース 三温糖
粉寒天 桃(缶)
みかん(缶)

16日 プレーンケーキ
ホットケーキミックス
→米粉のホットケーキミックス
豆乳 なたね油
水あめ

23日 人参おにぎり
米 人参 ツナ
鶏がらスープ こいくち醤油

9日 高菜おにぎり
米 たかな



20日 豆乳蒸しパン
ホットケーキミックス
豆乳 なたね油
三温糖

13日 コンソメマカロニ
マカロニ 鶏がらスープ
青のり

28日 桜クッキー
小麦粉 片栗粉
三温糖 なたね油
水 B.P
桜の塩漬け

15日 豆乳もち
豆乳
三温糖 片栗粉
きな粉 三温糖

21日 フルーツポンチ
みかん(缶) バナナ
桃(缶)

