



社会福祉法人 東京児童協会  
かさい苑みらい行きほいくえん  
令和4年度4月(卯月) 献立表



目標～楽しく食べよう  
仲良く食べよう～



※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。

※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の屋食とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。  
※一日の幼児屋食おやつ分のカロリー基準:550kcal

曜	月	火	水	木	金	土
日					1	2
予定					入園式	
屋食						<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>肉じゃが</li> <li>ひじきのサラダ</li> <li>若布と豆腐の味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>
午後のおやつ						<ul style="list-style-type: none"> <li>ゆかりおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal					562	627
日	4	5	6	7	8	9
予定			野菜の日			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>胚芽ご飯</li> <li>鰯の味噌焼き</li> <li>アスパラと人参の金平</li> <li>わかめと筍のすまし汁</li> <li>フルーツゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークカレー</li> <li>春キャベツのコールスローサラダ</li> <li>コンソメスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>厚揚げのあんかけ丼</li> <li>春雨の胡麻酢和え</li> <li>かぶと玉葱の味噌汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>豚肉と春野菜のバター醤油炒め</li> <li>ほうれん草のお浸し</li> <li>豆腐と椎茸の味噌汁</li> <li>清見オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>五目うどん</li> <li>南瓜の甘煮</li> <li>胡瓜と若布の酢の物</li> <li>グレープフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>小松菜の海苔和え</li> <li>大根と油揚げの味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>新牛蒡と豚肉の炊き込みご飯</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マカロニきなこ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポテトフライ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナと塩昆布のおにぎり</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>メロンパン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>若布のおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	530	533	515	512	498	567
日	11	12	13	14	15	16
予定			郷土食の日(東京都)	テーマ野菜の日(春キャベツ)	入園・進級お祝い献立	
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロールパン</li> <li>ポークチャップ</li> <li>新ごぼうのマヨサラダ</li> <li>丸ごとかぶのスープ</li> <li>りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>カレイのカレーパン粉焼き</li> <li>春キャベツと油揚げのお浸し</li> <li>大根と椎茸の味噌汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>親子丼</li> <li>小松菜のおかか和え</li> <li>豆腐と長葱の味噌汁</li> <li>清見オレンジ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツ焼きそば</li> <li>胡瓜とささみのさっぱり和え</li> <li>春キャベツとえのきのスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>赤飯</li> <li>鶏の照り焼き</li> <li>ちくわと若布の和風サラダ</li> <li>花麩のすまし汁</li> <li>桃のミルクゼリー</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>肉じゃが</li> <li>ひじきのサラダ</li> <li>若布と豆腐の味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭の春色ごはん</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>もちっと野菜マフィン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>フルーツあんみつ</li> <li>おかき</li> <li>緑茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツのお好み焼き</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>お祝いラップサンド</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゆかりおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	532	570	500	578	598	627
日	18	19	20	21	22	23
予定			お楽しみ献立			
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>胚芽ご飯</li> <li>鰯の味噌焼き</li> <li>アスパラと人参の金平</li> <li>わかめと筍のすまし汁</li> <li>フルーツゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークカレー</li> <li>春キャベツのコールスローサラダ</li> <li>コンソメスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミートソーススパゲティ</li> <li>春野菜のピクルス</li> <li>コンソメスープ</li> <li>フルーツ2種盛り</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>豚肉と春野菜のバター醤油炒め</li> <li>ほうれん草のお浸し</li> <li>豆腐と椎茸の味噌汁</li> <li>清見オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>五目うどん</li> <li>南瓜の甘煮</li> <li>胡瓜と若布の酢の物</li> <li>グレープフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>小松菜の海苔和え</li> <li>大根と油揚げの味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>新牛蒡と豚肉の炊き込みご飯</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マカロニきなこ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チーズケーキ</li> <li>ミルクティー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナと塩昆布のおにぎり</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>メロンパン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>若布のおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	530	533	708	512	498	567
日	25	26	27	28	29	30
予定			テーマ野菜の日(春キャベツ)	端午の節句	昭和の日	
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロールパン</li> <li>ポークチャップ</li> <li>新ごぼうのマヨサラダ</li> <li>丸ごとかぶのスープ</li> <li>りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>カレイのカレーパン粉焼き</li> <li>春キャベツと油揚げのお浸し</li> <li>大根と椎茸の味噌汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツ焼きそば</li> <li>胡瓜とささみのさっぱり和え</li> <li>春キャベツとえのきのスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>こいのぼりご飯</li> <li>鱈の竜田揚げ</li> <li>蓮根の甘酢漬</li> <li>三つ葉と手毬麩のすまし汁</li> <li>いちご</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>昭和の日</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>鶏の葱塩焼き</li> <li>切干大根のサラダ</li> <li>若布と玉葱の味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭の春色ごはん</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>もちっと野菜マフィン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツのお好み焼き</li> <li>麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ちまき風おにぎり</li> <li>緑茶</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	532	570	578	545		599