



ひらがなのツリーほいくえん
令和8年度4月（卯月）献立



目標：楽しく食べよう

※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日の昼食とおやつのカロリーです。
乳児は8割で計算しています。これは、目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：549kcal

	月	火	水 1（入園式）	木 2	金 3	土 4
風食			ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご お麩ラスク	ご飯 鶏肉の塩麩焼き 切干大根のハリハリサラダ じゃが芋とほうれん草の味噌汁 バナナ 春キャベツとツナの手チミ	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え きのこの味噌汁 ヨーグルト
おやつ			ヨーグルトドリンク	牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり 牛乳
	I補料 - 541 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 78.8 g	I補料 - 506 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.2 g 炭水化物 86.3 g	I補料 - 471 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 12.9 g 炭水化物 71.8 g	I補料 - 573 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.8 g 炭水化物 72.6 g	I補料 - 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	I補料 - 532 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.6 g 炭水化物 88.5 g
風食	6 ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	7 ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	8 野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやし胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	9 胚芽ご飯 鶏肉と根菜の甘辛煮 きゃべつと大根のさっぱり和え 若布と豆腐の味噌汁 オレンジ	10 ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	11 豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	バナナマフィン 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	ウインナーパン ヨーグルトドリンク	あおさおにぎり 牛乳
	I補料 - 541 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 78.8 g	I補料 - 506 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.2 g 炭水化物 86.3 g	I補料 - 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	I補料 - 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	I補料 - 466 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 8.8 g 炭水化物 90.5 g	I補料 - 548 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 90.4 g
風食	13 ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつまいもとほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	14（入園・進級お祝い献立） 赤飯 赤魚の煮付け さつまいもとほうれん草の白和え 花麩のすまし汁 もものミルクゼリー	15 ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご お麩ラスク	16 ご飯 マーメイドチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご	17 麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	18 ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え きのこの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	カレーピラフ 牛乳	お祝い2色ジャムサンド 牛乳	お麩ラスク ヨーグルトドリンク	チーズ蒸しパン 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり 牛乳
	I補料 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補料 - 607 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 17.4 g 炭水化物 101.7 g	I補料 - 471 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 12.9 g 炭水化物 71.8 g	I補料 - 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.1 g 炭水化物 81.5 g	I補料 - 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	I補料 - 532 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.6 g 炭水化物 88.5 g
風食	20 ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	21 ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	22 野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやし胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	23（お楽しみ献立） ミートソーススパゲッティ カラフル野菜のコロコロサラダ 彩りコンソメスープ きらきらぶどうゼリー	24 ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	25 豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	バナナマフィン 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 麦茶	フレンチトースト～いちごソース 牛乳	ウインナーパン ヨーグルトドリンク	あおさおにぎり 牛乳
	I補料 - 541 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 78.8 g	I補料 - 494 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 12.3 g 炭水化物 86.3 g	I補料 - 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	I補料 - 719 kcal 蛋白質 29.9 g 脂質 23.6 g 炭水化物 106.4 g	I補料 - 466 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 8.8 g 炭水化物 90.5 g	I補料 - 548 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 90.4 g
風食	27 ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつまいもとほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	28（端午の節句献立） こいのぼりご飯 鯉の竜田揚げ 蓮根の甘酢漬け 三つ葉と手毬麩のすまし汁 いちご ちまき 麦茶	29 昭和の日 	30 ご飯 マーメイドチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご チーズ蒸しパン 牛乳		
おやつ	カレーピラフ 牛乳					
	I補料 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補料 - 496 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 11.9 g 炭水化物 80.6 g		I補料 - 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.1 g 炭水化物 81.5 g		