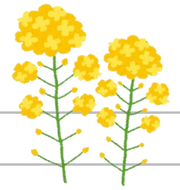
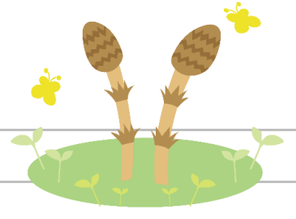
台東区立たいとうこども園
令和7年度４月（卯月）献立

4月の目標：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。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：581kcal

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
昼食		ご飯 カレイのパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	春キャベツ焼きそば 胡瓜とささみのさっぱり和え えのきとコーンのスープ オレンジ	胚芽ご飯 鶏肉と根菜の甘辛煮 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 フルーツゼリー	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 焼きのりのすまし汁 ヨーグルト	じゃが芋のそぼろあんかけ丼 ひじきのサラダ 若布と豆腐の味噌汁 ヨーグルト
3時		メロンパン風トースト 牛乳	チーズおかかおにぎり 麦茶	春キャベツとツナのチヂミ 麦茶	カレーピラフ 牛乳	バームクーヘン 牛乳
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 557 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 15.8 g 炭水化物 85.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 451 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 16.4 g 炭水化物 62.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 493 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 14.0 g 炭水化物 77.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 648 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 98.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 569 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 21.0 g 炭水化物 80.1 g
	7	8	9	10	11	12
		入園お祝い献立	野菜の日			
昼食	ご飯 グリルチキン　トマトソース 白雪サラダ きのこのコンソメスープ フルーツゼリー	赤飯 鶏の磯部揚げ 小松菜とパプリカのおかか和え 花麩のすまし汁 もものミルクゼリー	野菜たっぷり豆乳ちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 オレンジ	チキンカレー ブロッコリーとツナのおかか和え アスパラガスと玉葱のコンソメスープ ヨーグルト	麦ご飯 鮭のレモン醤油焼き 和風ドレッシングサラダ かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー	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
3時	しらすおにぎり 麦茶	お祝い2色ジャムサンド 牛乳	新ごぼうの炊き込みご飯 麦茶	きな粉お麩ラスク 牛乳	チーズパン ヨーグルトドリンク	せんべい・ビスケット 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 533 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 15.2 g 炭水化物 83.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 523 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 15.3 g 炭水化物 79.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 408 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 9.3 g 炭水化物 69.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 592 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 21.8 g 炭水化物 79.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 528 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 6.8 g 炭水化物 88.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 602 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 23.2 g 炭水化物 80.8 g
	14	15	16	17	18	19
				誕生会		
昼食	ご飯 鶏と春野菜のバター醤油炒め ほうれん草ともやしの納豆和え 油揚げと玉葱の味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 カレイのパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	春キャベツ焼きそば 胡瓜とささみのさっぱり和え えのきとコーンのスープ オレンジ	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 オニオンスープ きらきらぶどうゼリー	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 焼きのりのすまし汁 ヨーグルト	じゃが芋のそぼろあんかけ丼 ひじきのサラダ 若布と豆腐の味噌汁 ヨーグルト
3時	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	メロンパン風トースト 牛乳	チーズおかかおにぎり 麦茶	いちごパフェ 牛乳	カレーピラフ 牛乳	バームクーヘン 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 540 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 13.4 g 炭水化物 87.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 557 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 15.8 g 炭水化物 85.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 451 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 16.4 g 炭水化物 62.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 777 kcal 蛋白質 31.3 g 脂質 24.7 g 炭水化物 116.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 648 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 98.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 569 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 21.0 g 炭水化物 80.1 g
	21	22	23	24	25	26
			野菜の日			
昼食	ご飯 グリルチキン　トマトソース 白雪サラダ きのこのコンソメスープ フルーツゼリー	豚肉とキャベツのみそ炒め丼 アスパラと人参の金平 若竹汁 バナナ	野菜たっぷり豆乳ちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 オレンジ	チキンカレー ブロッコリーとツナのおかか和え アスパラガスと玉葱のコンソメスープ ヨーグルト	麦ご飯 鮭のレモン醤油焼き 和風ドレッシングサラダ かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー	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
3時	しらすおにぎり 麦茶	ジャーマンポテト 小魚 牛乳	新ごぼうの炊き込みご飯 麦茶	きな粉お麩ラスク 牛乳	チーズパン ヨーグルトドリンク	せんべい・ビスケット 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 533 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 15.2 g 炭水化物 83.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 458 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 16.6 g 炭水化物 63.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 408 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 9.3 g 炭水化物 69.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 592 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 21.8 g 炭水化物 79.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 528 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 6.8 g 炭水化物 88.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 602 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 23.2 g 炭水化物 80.8 g
	28	29	30			
	端午の節句献立		野菜の日			
昼食	こいのぼりご飯 鰤の竜田揚げ 蓮根の甘酢漬け 三つ葉と手毬麩のすまし汁 ヨーグルト		ご飯 炒り豆腐 春かぶの浅漬け 南瓜と小松菜の味噌汁 バナナ			
3時	ちまき風おにぎり 麦茶		五平餅 牛乳			
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 12.0 g 炭水化物 85.7 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 518 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 17.3 g 炭水化物 73.2 g			