



4月の献立表



<旬の食材>
春キャベツ、小松菜、大根、
チンゲン菜、新じゃがいも、新さや

<今月のお楽しみ給食>
4月30日(水)

2025年
時田ひまわり保育園

日	曜日	0~2歳児 午前おやつ	昼食	ざいりょう				おやつ	ざいりょう		1日の 栄養価 (乳児)	1日の 栄養価 (幼児)
				赤心臓・肉になる	緑心臓の調子を 整える	黄心臓や体温となる	その他					
1	15	火	マンナビスケット 牛乳	ごはん 油揚げとたまねぎのみそ汁 アジの蒲焼 ひじきの炒り煮 みかん缶 麦茶	油揚げ 味噌 あじ ひじき ちくわ	玉ねぎ 人参 絹さや みかん缶	米 片栗粉 油 砂糖	燕干し 昆布かつおだし汁 料理酒 醤油 みりん 麦茶	カルピスゼリー 牛乳	カルピス 砂糖 寒天 みかん缶 牛乳	熱量(kcal) 430 蛋白(g) 18.7 脂質(g) 10.2 食塩(g) 1.7	462 20.7 9.4 1.9
2	16	水	マンナウエハース 牛乳	ブルコギ丼 春雨スープ 3色ナムル 黄桃缶 麦茶	豚肉 味噌	玉ねぎ 人参 じゃが芋 小松菜 もやし 黄桃缶	米 油 砂糖 ごま油 春雨	醤油 みりん 料理酒 鶏ガラ 塩 麦茶	人参クラッカー ジョア	小麦粉 人参 油 砂糖 塩 ジョア	熱量(kcal) 507 蛋白(g) 16.3 脂質(g) 15.4 食塩(g) 1.4	566 18.0 14.7 1.7
3	17	木	クラッカー 牛乳	ごはん ほうれん草とお麩のすまし汁 鶏肉のガーリック焼 ブロッコリーのサラダ ブルーベリーヨーグルト 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	ほうれん草 にんにく ブロッコリー 玉ねぎ 人参 パプリカ	米 糖 砂糖 油 ブルーベリージャム	塩 醤油 昆布かつおだし汁 酒 酢 麦茶	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム バター 牛乳	熱量(kcal) 526 蛋白(g) 21.6 脂質(g) 18.2 食塩(g) 1.5	603 25.0 19.3 1.7
4	18	金	マンナビスケット 牛乳	スパゲティミートソース チンゲン菜とえのきのスープ コールスローサラダ バナナ 麦茶	豚ひき肉 大豆水煮	玉ねぎ 人参 ビーマン トマト缶 バセリ ちん げん菜 えのき キャベツ 胡瓜 バナナ	スパゲティ 油 砂糖 マヨドレ	塩 クETCHAPP 鶏ガラ 中濃ソース 酢 麦茶	鮭おにぎり 牛乳	米 鮭 塩 牛乳	熱量(kcal) 552 蛋白(g) 20.8 脂質(g) 15.9 食塩(g) 1.2	613 23.0 16.6 1.5
5	19	土	マンナウエハース 牛乳	ねぎ塩豚丼 ほうれん草と大根のスープ カレーポテト ゼリー 麦茶	豚肉	玉ねぎ 長ねぎ 人参 ほうれん草 大根 バセ リ	米 ごま油 油 じゃが芋 ゼリーの素	塩 鶏ガラ カレー粉 麦茶	黒糖蒸しパン 牛乳	ホットケーキ粉 低脂肪牛乳 黒砂糖 牛 乳	熱量(kcal) 507 蛋白(g) 17.2 脂質(g) 13.5 食塩(g) 1.3	562 18.9 13.1 1.4
7	21	月	クラッカー 牛乳	ごはん 南瓜とたまねぎのみそ汁 さわらの照焼き 高野豆腐の煮物 黄桃缶 麦茶	味噌 さわら 高野豆腐	南瓜 玉ねぎ 人参 小 松菜 黄桃缶	米 砂糖	燕干し 昆布かつおだし汁 醤油 みりん 料 理酒 麦茶	さつまいものポンデケーキ 牛乳	さつまいも 片栗粉 小麦 粉 粉チーズ 塩 低脂肪 牛乳 牛乳	熱量(kcal) 479 蛋白(g) 20.8 脂質(g) 12.9 食塩(g) 1.5	521 23.5 12.1 1.5
8	22	火	マンナビスケット 牛乳	ごはん 白菜と人参のみそ汁 鶏肉のつくね焼 厚揚げチャンプルー バナナ 麦茶	味噌 鶏ひき肉 厚揚 げ	白菜 人参 玉ねぎ 生 姜 ちんげん菜 バナナ	米 マヨドレ 片栗粉 砂糖 油	燕干し 昆布かつおだし汁 塩 醤油 みりん 酒 麦茶	米粉と豆腐のブラウニー 牛乳	米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 油 豆腐 砂糖 牛乳	熱量(kcal) 564 蛋白(g) 20.7 脂質(g) 21.7 食塩(g) 1.6	632 23.0 24.0 1.7
9	23	水	マンナウエハース 牛乳	ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め じゃがいものソテー オレンジ 麦茶	豆腐 わかめ 豚肉 味噌	キャベツ 人参 玉ねぎ にんにく オレンジ	米 片栗粉 油 砂糖 ご ま油 じゃが芋	塩 醤油 昆布かつおだし汁 料理酒 みりん 麦茶	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ きな粉 砂糖 牛乳	熱量(kcal) 491 蛋白(g) 19.2 脂質(g) 15.6 食塩(g) 1.1	544 21.7 15.8 1.2
10	24	木	クラッカー 牛乳	チキンカレー かみかみサラダ ヨーグルト 麦茶	鶏肉 低脂肪牛乳 ヨーグルト スキムミ ルク	にんにく 生姜 トマト 缶 人参 キャベツ 玉 ねぎ 切干大根 胡瓜	米 油 じゃが芋 小麦 粉 マヨドレ 砂糖	塩 カレー粉 鶏ガラ クETCHAPP ウスターソース 醤油 みりん 麦茶	ココア魅ラスク 牛乳	糖 ココア 砂糖 バター 牛乳	熱量(kcal) 524 蛋白(g) 16.9 脂質(g) 20.9 食塩(g) 1.4	580 18.8 22.1 1.5
11	25	金	マンナビスケット 牛乳	マーボー豆腐丼 さつまいもと人参のスープ もやしの中華サラダ みかん缶 麦茶	豆腐 豚ひき肉 味噌	長ねぎ 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく じゃが芋 もやし 胡瓜 みかん缶	米 油 砂糖 ごま油 片 栗粉 さつまいも	酒 醤油 鶏ガラ 塩 麦 茶	五平餅 牛乳	米 味噌 砂糖 みりん 酒 牛乳	熱量(kcal) 511 蛋白(g) 16.8 脂質(g) 13.8 食塩(g) 1.6	564 18.2 14.0 2.0
12	26	土	マンナウエハース 牛乳	チキンライス キャベツと人参のスープ マカロニサラダ ゼリー 麦茶	鶏肉	玉ねぎ 人参 バセリ キャベツ 胡瓜	米 油 マカロニ マヨ ドレ ゼリーの素	クETCHAPP 中濃ソ ース 塩 鶏ガラ 麦茶	おフレンチトースト 牛乳	重糖 砂糖 低脂肪牛乳 オレンジジュース バ ター マーブルシロップ 牛乳	熱量(kcal) 542 蛋白(g) 18.2 脂質(g) 16.4 食塩(g) 1.1	604 20.1 16.9 1.2
14	28	月	クラッカー 牛乳	麦ごはん 高野豆腐と里芋のみそ汁 鶏肉のねぎ塩焼き 青菜の納豆和え オレンジ 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 納豆	玉ねぎ 長ねぎ 小松菜 人参 オレンジ	米 押し麦 里芋 ごま 油	燕干し 昆布かつおだし汁 塩 醤油 麦茶	ミルクもち 牛乳	片栗粉 砂糖 低脂肪牛 乳 きな粉 牛乳	熱量(kcal) 569 蛋白(g) 24.2 脂質(g) 21.1 食塩(g) 1.2	641 28.0 22.9 1.3
30	お楽しみ 献立	水	マンナウエハース 牛乳	ゆかり御飯 たまねぎとじゃがいものみそ汁 鶏肉の唐揚げ もやしの塩昆布和え マスカットゼリー 麦茶	味噌 鶏肉 塩昆布	玉ねぎ 生姜 にんにく もやし 胡瓜 人参	米 じゃが芋 小麦粉 片栗粉 油 ごま油 マ スカットゼリー	ゆかり 燕干し 昆布かつおだし汁 醤油 料理酒 麦 茶	さくらクッキー 牛乳	バター 砂糖 桜でんぷ 小麦粉 低脂肪牛乳 抹茶 牛乳	熱量(kcal) 587 蛋白(g) 20.2 脂質(g) 21.6 食塩(g) 1.7	664 23.2 23.7 2.0

※りんごと梨のときは、完了期まで加熱して提供いたします。

※献立は食材の都合により変更する場合がございます。

※献立には卵・えび・かに・ごま(ごま油可)・とうもろこし(コーンスターチ・加工でんぷん可)・落花生は使用していません。