



2026年 4月 献立表



ゆたか幼稚園

日	曜	献立名	午後おやつ	材料名	エネルギーたんぱく質 脂質/食塩	
					1号	2号
8	木	はなみかい 花見会	ドーナツ	ドーナツ,アンパンマンせんべい		144 2.2 7.1 1.1
9	木	カレーライス/福神漬/牛乳 ミートボール/コールスローサラダ/もも缶	お好み焼き 牛乳	米,じゃがいも,にんじん,たまねぎ,鶏肉,グリーンピース,カレーフレーク,油,福神漬/ 牛乳/ミートボール/ キャベツ,にんじん,えだまめ,ハム,コールスローレッシング/もも/ お好み焼き,お好みソース,マヨネーズ/牛乳	524 16.3 20.3 1.9	637 21.7 29.3 2.0
10	金	ミートソースパグェッティ/コンソメスープ/ かぼちゃコロッケ/カニカマあえ/ゼリー/牛乳	おかし	スパグティ,ミートソース,ケチャップ たまねぎ,ウインナー,コンソメ,塩/コロッケ,油,ソース ほうれんそう,れんこん,コーン,かにかまほこ,マヨネーズ/ 一口ゼリー/牛乳/源氏パイ,皇太婆	466 16.4 18.6 1.8	554 17.7 21.5 1.9
13	月	わかめごはん/みそ汁/唐揚げ 花野菜サラダ/みかん缶	ワッフル	米,炊き込みわかめ/はくさい,油揚げ,みそだし/から揚げ,油/ ブロッコリー,カリフラワー,コーン,シーチキン,こまドレッシング/ みかん/ワッフル	361 13.0 12.5 1.6	421 14.9 14.4 1.8
14	火	ごはん/中華スープ チンジャオオロス/もやしあえ/オレンジ	麩ラスク 牛乳	米/卵,わかめ,ねぎ,だし,ごま油,しょうゆ,塩,ごま/ 鶏肉,たまねぎ,赤ピーマン,だけのこ,にんにく,しょうが, しょうゆ,ごま油,砂糖,片栗粉,オイスターソース/ こまつな,もやし,にんじん,シーチキン,ごま油,だし,しょうゆ, 砂糖,酢,ごま/オレンジ/麩,マーガリン,砂糖/牛乳	324 14.1 7.5 1.6	486 20.2 17.1 1.7
15	水	ココア揚げパン/コンソメスープ オムレツ/キャベツサラダ/ゼリー/牛乳	鮭わかめ おにぎり	ココパン,ココア,砂糖,油/じゃがいも,チンゲンサイ,コンソメ,塩/ オムレツ,ケチャップ/ キャベツ,カリフラワー,えだまめ,ハム,シーザードレッシング/ 一口ゼリー/牛乳/米,混ぜ込み鮭わかめ	403 13.1 17.3 1.8	505 15.1 17.6 1.9
16	木	菜めしごはん/すまし汁 ますのみそマヨやき/コーンサラダ/みかん缶	マカロニきな粉 牛乳	米,菜めしの素/だいこん,えのきたけ,塩,しょうゆ,だし/ ます,マヨネーズ,みそ/ ブロッコリー,コーン,れんこん,かにかまほこ,和風ドレッシング/ みかん/マカロニ,きな粉,砂糖,塩/牛乳	303 12.0 6.6 1.8	496 21.3 13.7 1.9
17	金	ごはん/みそ汁 鶏肉の照り焼き/切干大根の煮物/バナナ	おかし	米/たまねぎ,こまつな,みそ,だし/ 鶏肉,焼き鳥のたれ/切り干しだいこん,にんじん,さつま揚げ,さやいんげん, 油,砂糖,しょうゆ,みりん,だし/バナナ/ムーンライト,ぼりんこ	361 13.6 8.9 1.9	449 14.9 11.8 1.9
20	月	焼きそば/中華スープ シュウマイ/ごぼうサラダ/ゼリー/牛乳	フルーツ ヨーグルト	焼きそばめん,キャベツ,にんじん,豚肉,油,ソース,お好みソース/ 卵,はくさい,しょうゆ,塩,だし,ごま油/しょうまい/ ごぼう,コーン,にんじん,鶏肉,こまドレッシング/ 一口ゼリー/牛乳/ヨーグルト,みかん,もも,砂糖	396 17.3 15.1 1.6	458 19.7 16.0 1.7
21	火	ごはん/みそ汁 白身魚のマヨ生姜やき/カレービーフン/パン缶	ホットケーキ 牛乳	米/こまつな,油揚げ,みそ,だし/ たら,塩,酒,マヨネーズ,しょうが,パン粉/ ビーフン,鶏肉,たまねぎ,にんじん,にら,油,カレー粉,だし,塩/ パイナップル/ ホットケーキミックス,卵,牛乳,メープルシロップ/牛乳	376 16.1 7.5 1.7	609 24.8 15.4 1.8
22	水	ふりかけごはん/みそ汁 肉じゃが/ほうれん草サラダ/オレンジ	きな粉揚げパン 牛乳	米,たまごふりかけ/豆腐,なめこ水煮,みそ,だし/ じゃがいも,たまねぎ,豚肉,にんじん,こんにゃく,しょうゆ,砂糖,みりん,だし, ほうれんそう,コーン,にんじん,シーチキン,マヨネーズ/ オレンジ/パン,きな粉,砂糖,塩,油/牛乳	333 10.4 9.7 1.5	558 18.7 20 1.7
23	木	バターロール/たまごスープ 白身魚フライ/キャベツのサラダ/もも缶/牛乳	ツナマヨ おにぎり	ロールパン/卵,だいこん,コンソメ,塩/ 白身魚フライ,油,ソース/ キャベツ,ブロッコリー,鶏肉,にんじん,シーザードレッシング/ もも/牛乳/米,シーチキン,マヨネーズ	406 16.2 7.5 1.6	536 18.9 21.8 1.8
24	金	コーンごはん/コンソメスープ ハンバーグデミソース/ジャーマンポテト/みかん缶	バウム クーヘン	米,コーン,塩/もやし,こまつな,コンソメ,塩/ ハンバーグ,ハヤシルウ,ソース,たまねぎ,砂糖,水,油/ じゃがいも,たまねぎ,ウインナー,コンソメ,マーガリン,塩/みかん/ バウムクーヘン,ばかうけ	377 12.4 10.1 1.6	511 14.8 15.2 1.7
27	月	ごはん/すまし汁 さばのみそ煮/春巻サラダ/パン缶	ピザトースト 牛乳	米/えのきたけ,なると,ほうれんそう,塩,しょうゆ,だし/ さば,みそ,砂糖/はるさめ,にんじん,コーン,かにかまほこ,きゅうり, しょうゆ,砂糖,酢,ごま油/パイナップル/ 食パン,チーズ,ウインナー,たまねぎ,ピーマン,ケチャップ,牛乳	334 13.2 7.7 1.7	548 23.2 18.7 1.9
28	火	ふりかけごはん/みそ汁 えびカツ/スパグティ-サラダ/ゼリー	おかし	米,おかかふりかけ/キャベツ,えのきたけ,みそ,だし/ エビカツ,油,ソース/ スパグティ,にんじん,えだまめ,ハム,マヨネーズ/ 一口ゼリー/マリービスケット,まがりせんべい		468 12.6 13 1.8
30	木	わかめうどん/牛乳 カニカマ磯辺揚げ/かぼちゃサラダ/みかん缶	たぬき おにぎり	うどん,わかめ,なると,コーン,しょうゆ,みりん,だし/牛乳/ 磯辺揚げ,油/かぼちゃ,ハム,えだまめ,たまねぎ,マヨネーズ/ みかん/米,揚げ玉,あおのり,めんつゆ,ごま	364 13.6 13.6 1.8	491 15.7 14.4 2.2