



# 4月給食献立予定表

令和7年度 プメハナ リコこども園  
プメハナ リコエルアこども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
2	水	ロールパン、シチュー チキンナゲット ゼリー	五平餅 (おにぎり)	牛乳、鶏肉、味噌 チキンナゲット	ロールパン、米、もち米 三温糖、すりごま	人参、玉ねぎ、ブロッコリー	417	ご入園、ご進級 おめでとうございます！ 一年間よろしくお願いします
3	木	魚のマヨネーズ焼き キャベツとツナのサラダ ハムと大根のスープ	せんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、しいら、ツナ ハム	米、マヨネーズ、上白糖 とうもろこし	大根、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ 人参、わかめ	411	
4	金	ささみチーズフライ きゅうりの甘酢 じゃがいもの味噌汁	マカロニあべかわ (赤ちゃんボーロ)	牛乳、味噌、きな粉 油揚げ、ささみチーズフライ	米、マカロニ、じゃがいも 上白糖	きゅうり、玉ねぎ、みかん缶 葉ねぎ	386	
7	月	鯖のカレー焼き ブロッコリーサラダ 豆腐の味噌汁	ごまポッキー (赤ちゃんビスケット)	牛乳、鯖、木綿豆腐 味噌	米、小麦粉、上白糖 マーガリン、黒ゴマ、すりごま マヨネーズ	ブロッコリー、白ねぎ、わかめ しょうが	449	471
8	火	鶏のから揚げ めんめんキャベツ オニオンスープ	どら焼き (赤ちゃんウエハース)	牛乳、鶏肉、ツナ、ハム	米、マヨネーズ、片栗粉 油、どら焼き	キャベツ、玉ねぎ、人参、しょうが レモン果汁、焼きのり	470	
9	水	焼肉 パンサンスー わかめスープ	オレンジ風味のフレンチトース (食パン)	牛乳、豚肉、鶏卵、ハム かまぼこ、無塩バター	米、食パン、春雨、上白糖 粉糖、ごま	きゅうり、玉ねぎ、葉ねぎ、しょうが みかん果汁	495	
10	木	魚のソース焼き カレー金平 なめこの味噌汁	じゃがいももち (ふかし芋)	牛乳、メカジキ、味噌 無塩バター	米、じゃがいも、片栗粉 油、小麦粉	人参、なめこ、ピーマン、白ねぎ わかめ	456	じゃがいももちは、 もちもちで優しい味です
11	金	マーボードーフ ナムル 中華スープ	フルーチェ (ヨーグルト)	牛乳、木綿豆腐、豚肉 味噌、鶏卵、しらす フルーチェ	米、上白糖、片栗粉 ごま、油	ほうれん草、人参、もやし、チンゲン菜 白ねぎ、干ししいたけ、にんにく しょうが	330	
14	月	オレンジチキン 野菜サラダ スープ	ジャムケーキ (赤ちゃんビスケット)	牛乳、鶏肉、鶏卵 無塩バター	米、ホットケーキ粉、上白糖 油、麩、小麦粉 とうもろこし	きゅうり、キャベツ、みかん果汁 えのきたけ、人参、いちごジャム 葉ねぎ、にんにく	423	
15	火	魚のバター醤油焼き ちりめんと千切り野菜のサワー 豚汁	せんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、さわら、木綿豆腐 豚肉、味噌、無塩バター しらす	米、じゃがいも、上白糖 小麦粉、油	大根、人参、きゅうり、切り干し大根 葉ねぎ、ゆかり	471	578
16	水	ハンバーグ 粉ふき芋 たけのこの味噌汁	もっちり緑茶パン (赤ちゃんボーロ)	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵 味噌	米、じゃがいも、小麦粉 上白糖、マーガリン、パン粉 油	玉ねぎ、たけのこ、わかめ 白ねぎ、青のり	468	
17	木	ちゃんぽん麺 しゅうまい ヨーグルト	鮭おにぎり (おにぎり)	牛乳、豚肉、鮭フレーク ヨーグルト、しゅうまい	米、中華麺、片栗粉 ごま油、油	チンゲン菜、玉ねぎ、もやし 人参、干ししいたけ	368	
18	金	魚の味噌煮 小松菜のおかか和え けんちん汁	バウムクーヘン (赤ちゃんウエハース)	牛乳、鯖、木綿豆腐 豚肉、ちくわ、味噌 かつお節	米、上白糖、油	小松菜、人参、ごぼう、葉ねぎ しょうが	434	528
21	月	厚揚げのミートソース煮 かきたま汁 バナナ	フルーツゼリー (ゼリー)	牛乳、厚揚げ、鶏卵 豚肉	米、上白糖 とうもろこし	バナナ、玉ねぎ、人参、白ねぎ グリンピース、わかめ	350	
22	火	魚のゴマ油焼き おからdeボテト風サラダ 切り干し大根の味噌汁	ちんすこう (赤ちゃんビスケット)	牛乳、あじ、おから、味噌 油揚げ	米、小麦粉、マヨネーズ 油、三温糖、片栗粉 ごま油	もやし、きゅうり、人参、玉ねぎ 葉ねぎ、切り干し大根	507	
23	水	親子煮 たたききゅうり えのきのすまし汁	ビスコ (赤ちゃんボーロ)	牛乳、鶏卵、鶏肉 かまぼこ	米、上白糖、ごま油	きゅうり、玉ねぎ、えのきたけ、人参 グリンピース、葉ねぎ、干ししいたけ	464	577
24	木	お楽しみ給食	お楽しみおやつ	牛乳、ウインナー、鶏卵 鮭フレーク、ハム、かつお節 ホイップクリーム、無塩バター	米、ホットケーキ粉、上白糖	ブロッコリー、キャベツ、いちご 人参、玉ねぎ、ゆかり	382	今年度も絵本をテーマにした お楽しみ給食を提供します お楽しみに！
25	金	愛情弁当					489	
28	月	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	ビスケット (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、ハム	米、じゃがいも、油	玉ねぎ、きゅうり、人参 甘酢らっきょう、りんご、グリンピース レモン果汁	404	
30	水	たけのこご飯、コロッケ きゅうりとわかめの酢の物 えのきの味噌汁	みかんケーキ (赤ちゃんウエハース)	牛乳、油揚げ、味噌	米、ホットケーキ粉、油 上白糖、麩	きゅうり、たけのこ、みかん缶 えのきたけ、葉ねぎ、わかめ	326	旬のたけのこを使った 混ぜご飯が登場します！
							409	

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

