



4月予定献立表



※かみかみメニューには◎印をつけてあります。

2026.4 聖隷こども園ひかりの子

日付	曜日	行事	献立名	献立名		おやつ				
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質	脂質	たんぱく質	脂質	
1	水	入園式・進級式	わかめごはん 肉じゃが 五目みそ汁	ブロッコリー いちご 麦茶	バナナ	牛乳 ゼリーアラモード※1	575	15.7	445	12.1
2	木		塩ラーメン ◎さつま芋チップス オレンジ	◎スティックきゅうり 豆乳	ヨーグルト	ごはんピザ	594	18.3	523	17.2
3	金		ごはん ◎新玉ねぎとさつま芋のかき揚げ みそ汁(わかめ・白菜)	いも あ 麦茶	豆腐 昆布和え	牛乳	578	14.0	534	14.8
4	土		焼きそば 中華スープ フルーツ	や 麦茶	せんべい	バナナ・クラッカー	435	13.8	381	12.2
6	月	イースター礼拝	ごはん ハンバーグ みそ汁(大根・もやし)	ガーリックスティック人参 バナナ 麦茶	お菓子	プリン※1	556	19.2	473	17.1
7	火		豆乳パン 魚のみそマヨ焼き 南瓜のスープ	パインサラダ オレンジ 牛乳	バナナ	きなこおはぎ	660	20.6	537	17.3
8	水		ハヤシライス バナナ	ドレッシングサラダ 牛乳	せんべい	じゃこラスク	690	26.4	593	24.1
9	木		こぎつねうどん パイン缶	金時煮豆 トマトのサラダ	ヨーグルト	米粉の南瓜カレークッキー	592	16.9	515	15.7
10	金		たけのごはん みそ汁(豆腐・もやし)	煮魚 キウイ 麦茶	お菓子	お菓子	595	15.5	468	14.1
11	土		ジャムサンド フルーツ	ポトフ 豆乳	ゼリー	お菓子	462	10.8	367	8.5
13	月		ごはん 豚肉の香味炒め みそ汁(青菜・豆腐)	トマト バナナ 麦茶	お菓子	お菓子	505	11.9	415	11.7
14	火		食パン じゃが芋のスープ	焼いた豆腐ナゲット オレンジ 牛乳	お茶	おにぎり	599	23.5	474	19.0
15	水		ごはん ガーリックチキン みそ汁(白菜・油あげ)	ツナ和え パイン缶 麦茶	えほん バナナ	いちご蒸しパン	578	18.1	476	14.5
16	木		長崎ちゃんぽんラーメン メロン	大学芋 トマト 麦茶	ヨーグルト	こめ米ぼん	538	21.1	465	18.3
17	金		ごはん 魚の照焼き みそ汁(青菜・豆腐)	ほうろく 野菜の煮物 バナナ 麦茶	クラッカー	◎お菓子のリラスク	582	16.3	463	14.3
18	土		カレーライス フルーツ	豆乳	お菓子	お菓子	564	17.9	457	15.4
20	月		ごはん すまし汁(キャベツ・えのき)	鶏肉の甘みそ焼き バナナ 麦茶	お菓子	マカロニきなこ	570	14.8	467	12.6
21	火		食パン たまごのスープ	お好み焼き味の卵焼き パイン缶 牛乳	バナナ	のりまき(乳児:おにぎり)	622	21.8	506	17.6
22	水		ごはん みそ汁(青菜・えのき)	ひき肉のもち米蒸し 納豆和え バナナ 麦茶	せんべい	あんサンド	698	17.3	557	16.1
23	木		和風鶏ごぼうパスタ メロン	ポテトサラダ 豆乳	チーズ	米粉の抹茶きなこケーキ	583	19.0	508	17.3
24	金	えほん	ピースごはん みそ汁(大根・油あげ)	松風焼き オレンジ 麦茶	お菓子	お菓子	532	13.2	443	13.1
25	土		おにぎり フルーツ	豚汁 豆乳	お菓子	お菓子	476	9.5	387	8.6
27	月		ゆかりごはん みそ汁(南瓜・玉ねぎ)	魚の塩焼き ◎きんぴら 麦茶	豆乳	クラッカー	586	12.1	496	14.1
28	火		ミートソースサンド コーンスープ	南瓜サラダ パイン缶 牛乳	お菓子	お菓子	625	20.3	509	17.2
29	水	しょうわひ 昭和の日					-	-	-	-
30	木		マーボー丼 バナナ	沢煮碗 豆乳	お菓子	お菓子	618	18.5	503	17.2

※1 ひよこ組は月齢を考慮して、ヨーグルトに変更いたします。

★ご入園・ご進級おめでとうございます★今年度も愛情いっぱいの食事を作ります。よろしくお願いたします。

子どもたちの健やかな成長のため、安心安全で美味しく給食を食べてもらえるよう、食べる姿や顔を想像しながら、毎日コツコツと取り組んでいます。

食材に触れたり、文化に触れる経験を楽しむことで、食への関心を高める機会になれたらと思います。今年も「給本献立」や「お料理で全国制覇」を継続して参ります。ご家庭でも話題にしていたいただけたら嬉しいです。

★今月の絵本献立の紹介します★

『そらまめくんのぼくのいちにち』(小学館)

毎年お馴染みの、子どもたちが好きな絵本のひとつ「そらまめくん」シリーズです。そらまめくんが、仲間と過ごす様子がほのぼのと描かれていて心がほっこりする内容です。園ではグリーンピースや空豆をいただきます。収穫の様子により多少提供時期が異なることもあるかと思いますがご了承ください。

そらまめくんと空豆は独特な香りもあり苦手な子どもも多い食材ですが、楽しい体験を通して、食べてみようという興味をもってもらえたら嬉しいと思います。

