



# 4月献立表



聖隷のお保育園 2026年4月乳児・完了食

☆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。よろしくお願ひ致します。

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、食べる姿や喜ぶ顔を想像しながら、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く重ねることで、食への関心を高める機会になればと思います。今年も「絵本献立」や「お料理で全国制覇」を実施していきます。ご家庭でも話題にさせていただけたら嬉しいです。

☆印のついている献立について  
うさぎ/りす・ひよこ になります。  
成長に合わせて献立変更しています。

◎は、かみかみメニューです

		1 水	2 木	3 金	4 土
朝 おやつ		お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい	お茶 人参チップ	*****
昼食		ご飯 豚肉のしょうが煮 ◎切干大根のはりはり漬け みそ汁(玉葱・白菜) オレンジ お茶 入園・進級式	けんちんうどん ◎ごぼうサラダ ぶどう豆 バナナ お茶	ご飯 お好み焼き風卵焼き ひじきの煮物 すまし汁(素麺・小松菜) バナナ お茶	土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。
おやつ		牛乳 せんべい・いちご	牛乳 ☆メロンパン/きな粉サンド	牛乳 ☆ドーナツ/おやつカステラ	
エネルギー(kcal)		416	452	477	
蛋白質(g)		15.0	18.8	17.8	
脂質(g)		12.9	14.7	15.8	
食塩相当量(g)		1.2	1.5	1.2	

	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 人参チップ	お茶 野菜せんべい	お茶 やわらかおかき	お茶 むらさきもせんべい
昼食	ご飯 ミートローフ たまごサラダ みそ汁(小松菜・えのき) キウイ お茶 イースター	ロールパン ガーリックチキン コーンスローサラダ コーンスープ バナナ 牛乳	ご飯 さばの塩こうじ焼き 新じゃがと人参素揚げ みそ汁(キャベツ・もやし) オレンジ お茶	和風鶏ごぼうパスタ 南瓜サラダ チーズ バナナ お茶	ご飯 魚のコーンマヨ焼き 中華風和え みそ汁(白菜・油揚) パイナップル お茶
おやつ	豆乳 ヨーグルト・プチクッキー	お茶 いなり寿司	牛乳 バナナクレープ	牛乳 ☆クリームパン/ジャムサンド	牛乳 マカロニきな粉
エネルギー(kcal)	445	487	412	493	410
蛋白質(g)	20.6	18.7	14.8	18.8	19.2
脂質(g)	13.1	19.4	14.7	18.0	11.1
食塩相当量(g)	1.1	1.5	1.0	1.7	1.0

	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	18 土
朝 おやつ	お茶 やわらかおかき	お茶 むらさきもせんべい	お茶 野菜せんべい	お茶 人参チップ	お茶 塩せんべい	
昼食	ご飯 厚揚げの肉みそ煮 キャベツのツナ和え かきたま汁(青菜) オレンジ お茶	バターパン 白身魚のパン粉焼き 夏みかんのサラダ シンデレラスープ バナナ 牛乳	ピースご飯 鶏肉のしょうが焼き 人参しりしり みそ汁(白菜・玉葱) キウイ お茶	和風鶏ごぼうパスタ 鶏の西京焼き ◎金平ごぼう すまし汁(えのき・キャベツ) パイナップル お茶	ご飯 こぎつねうどん 金時豆煮 オーロラサラダ バナナ お茶	懇談会
おやつ	牛乳 かりんとう・たまごせんべい	お茶 わかめおにぎり	牛乳 ふかし芋	豆乳 ヨーグルト・クラッカー	牛乳 ホットケーキ	
エネルギー(kcal)	461	405	438	423	442	
蛋白質(g)	17.7	16.3	18.2	18.0	18.7	
脂質(g)	15.5	11.0	11.6	9.1	13.1	
食塩相当量(g)	1.1	1.7	1.4	1.1	1.3	

	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土
朝 おやつ	お茶 野菜せんべい	お茶 人参チップ	お茶 塩せんべい	お茶 やわらかおかき	お茶 むらさきもせんべい	
昼食	ゆかりご飯 焼いた豆腐ナゲット 春雨サラダ みそ汁(白菜・しめじ) パイナップル お茶	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) ほうれん草のごま和え みそ汁(玉葱・えのき) バナナ お茶	ロールパン 鶏のカレーマヨ焼き ガーリックスティック人参 押し麦入りスープ オレンジ 牛乳	長崎ちゃんぽん ◎れんこんサラダ トマト メロン お茶	ご飯 ぶりの照り焼き 小松菜の錦糸和え そら豆塩茹で みそ汁(大根・麩) バナナ お茶 えほん	
おやつ	牛乳 ☆ワッフル/米粉カップケーキ	牛乳 やわらかサブレ・ミニ野菜スティック	お茶 きなこのおはぎ	牛乳 やさしいゼリー・ウエハース	牛乳 あんサンド	*****
エネルギー(kcal)	433	479	411	411	473	
蛋白質(g)	18.4	18.5	16.3	15.2	19.0	
脂質(g)	12.1	16.5	14.0	14.8	12.2	
食塩相当量(g)	1.3	1.0	1.1	1.2	1.4	

	27 月	28 火	29 水	30 木
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 やわらかおかき	昭和の日	お茶 人参チップ
昼食	カレーライス ドレッシングサラダ チーズ オレンジ お茶	ご飯 さばの香味焼き 納豆和え みそ汁(白菜・えのき) バナナ お茶	特別保育	ご飯 マーボー豆腐 ◎ごぼうと枝豆のサラダ 中華スープ パイナップル お茶
おやつ	お茶 お好み焼き	お茶 ヨーグルト・ビスケット		牛乳 プリン
エネルギー(kcal)	474	438		465
蛋白質(g)	16.9	19.6		15.1
脂質(g)	17.1	11.5		16.3
食塩相当量(g)	1.6	1.2		0.9

★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。グリーンピースや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く思います。

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。



# 4月献立表



聖隷のお保育園 2026年4月離乳食

☆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。よろしくお願ひ致します。

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、食べる姿や喜ぶ顔を想像しながら、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く重ねることで、食への関心を高める機会になればと思います、今年も「絵本献立」や「お料理で全国制覇」を実施していきます。ご家庭でも話題にさせていただけたら嬉しいです。

※中期食について  
おやつは付きません  
食パンの日は、お粥になります

		1 水	2 木	3 金	4 土
朝 おやつ		お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい	お茶 人参チップ	*****
昼食		お粥 鶏肉のそぼろ煮 大根の煮物 みそ汁(玉葱・白菜) バナナ お茶	けんちんにゅうめん スティック胡瓜 南瓜茶巾 バナナ お茶	お粥 野菜入りだんご ブロッコリー煮 すまし汁(素麺・小松菜) バナナ お茶	土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。 献立の内容は、そちらで確認が出来ます。
おやつ		お茶 せんべい・いちご	お茶 きな粉サンド	お茶 蒸しパン	
エネルギー(kcal)		201	318	219	
蛋白質(g)		9.0	11.7	8.6	
脂質(g)		2.6	4.3	2.2	
食塩相当量(g)		1.0	1.0	0.4	

	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 人参チップ	お茶 野菜せんべい	お茶 やわらかおかし	お茶 むらさきもせんべい
昼食	お粥 ミートローフ たまごサラダ みそ汁(小松菜・えのき) バナナ お茶	食パン 鶏肉のそぼろ煮 キャベツ煮浸し コーンスープ バナナ お茶	お粥 タラの煮つけ 新じゃがと人参煮物 みそ汁(キャベツ・もやし) バナナ お茶	和風鶏やさい Pasta 南瓜と野菜煮 トマト バナナ お茶	お粥 サケの洋風煮 きゅうりと人参煮 みそ汁(白菜・油揚) バナナ お茶
おやつ	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 磯粥	お茶 蒸しパン	お茶 ジャムサンド	お茶 マカロニきな粉
エネルギー(kcal)	229	230	206	296	247
蛋白質(g)	10.0	11.1	7.4	11.5	11.1
脂質(g)	6.6	4.2	1.1	4.4	4.6
食塩相当量(g)	0.8	1.2	1.0	1.4	0.8

	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	18 土
朝 おやつ	お茶 やわらかおかし	お茶 むらさきもせんべい	お茶 野菜せんべい	お茶 人参チップ	お茶 塩せんべい	
昼食	お粥 鶏肉と豆腐の味噌煮 煮浸し かきたま汁(青菜) バナナ お茶	食パン カレーの洋風煮 きゅうりのサラダ(離乳) シンデレラスープ バナナ お茶	お粥 肉団子煮 人参しりしり(離乳) みそ汁(白菜・玉葱) バナナ お茶	お粥 カレーの味噌焼き キャベツと人参の煮物 すまし汁(えのき・キャベツ) バナナ お茶	お粥 野菜にゅうめん 豆腐の醤油煮 煮浸し バナナ お茶	懇談会
おやつ	お茶 人参チップ・たまごせんべい	お茶 磯粥	お茶 ふかし芋	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 ホットケーキ	
エネルギー(kcal)	246	239	240	245	316	
蛋白質(g)	9.9	7.9	10.7	8.0	13.7	
脂質(g)	6.0	7.0	2.2	9.2	5.6	
食塩相当量(g)	0.8	1.2	0.9	0.4	0.9	

	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土
朝 おやつ	お茶 野菜せんべい	お茶 人参チップ	お茶 塩せんべい	お茶 やわらかおかし	お茶 むらさきもせんべい	
昼食	ゆかり粥 豆腐入りつくね 南瓜の煮物 みそ汁(白菜・しめじ) バナナ お茶	お粥 鶏肉のり塩煮 ほうれん草の煮浸し みそ汁(玉葱・えのき) バナナ お茶	食パン タラの洋風煮 野菜のツナ煮 押し麦入りスープ バナナ お茶	長崎ちゃんぽん風 大根の煮物 トマト バナナ お茶	お粥 カレーの照り煮 小松菜の錦糸煮 そら豆塩茹で みそ汁(大根・麩) バナナ お茶	えほん
おやつ	お茶 ヨーグルト	お茶 たまごボーロ・ミニ野菜スティック	お茶 きなこ粥	お茶 ゼリー・ウエハース	お茶 きな粉サンド	*****
エネルギー(kcal)	218	234	208	352	305	
蛋白質(g)	11.1	10.0	11.2	11.6	11.9	
脂質(g)	4.3	4.2	2.4	5.3	7.9	
食塩相当量(g)	0.8	0.9	1.1	0.9	1.2	

	27 月	28 火	29 水	30 木
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 やわらかおかし	昭和の日 	お茶 人参チップ
昼食	お粥 挽肉と野菜煮込み 煮浸し トマト バナナ お茶	お粥 カレー照り煮 納豆和え みそ汁(白菜・えのき) バナナ お茶		お粥 豆腐のそぼろ煮 南瓜茶巾 中華スープ バナナ お茶
おやつ	お茶 お好み焼き風	お茶 ヨーグルト・塩せんべい		お茶 ゼリー
エネルギー(kcal)	245	281	0	239
蛋白質(g)	9.5	11.8	0.0	8.4
脂質(g)	3.2	11.2	0.0	2.6
食塩相当量(g)	0.7	1.0	0.0	0.5

★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。グリーンピースや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く思います。

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。