

2025年度

4月献立（幼児食用）

下馬鳩ぼっぼ保育園

日 ／ 曜	献立名	おやつ	材 料 名		
			午後 午前	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの
1 ／ 火	お赤飯 鶏肉の木の芽味噌焼き きゅうりとハムのサラダ けの汁	牛乳 いちごのトライフル	米／ごま／米こうじ／ごま油／てんさい糖／上白糖	ささげ(乾)／鶏モモ肉／白みそ／ロースハム／油揚げ／凍り豆腐／牛乳／クリーム(乳脂肪)	きゅうり／りょくとうもやし／にんじん／ごぼう／だいこん／わらび／いちご
2 ／ 水	食パン 新じゃが芋のグラタン 大根とキャベツのツナサラダ かぶの野菜スープ	牛乳 桜餅 (道明寺)	食パン／じゃがいも／薄力粉／無塩バター／サフラワー油／きび糖／道明寺粉／上白糖	鶏モモ肉／ベーコン／牛乳／カマンベールチーズ／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｲﾄ)／さらしあん	ぶなしめじ／玉葱／だいこん／キャベツ／にんじん／レモン(果汁、生)／ねぎ／かぶ／かぶ(葉)
3 17 ／ 木	ご飯 麻婆豆腐 海苔中華サラダ キャベツのねぎごまスープ	牛乳 セサミクッキー	米／かたくり粉／なたね油／ごま油／ごま／緑豆はるさめ／薄力粉／きび糖／無塩バター	木綿豆腐／豚ひき肉／赤みそ／甜面醬／生わかめ／焼きのり／豚モモ肉／牛乳／たまご	にんにく／ねぎ／にんじん／たけのこ／生しいたけ／きゅうり／キャベツ／レタス／しょうが／葉ねぎ
4 18 ／ 金	キャベツと鮭のクリームパイ イタリアンサラダ もち麦入りトマトスープ	牛乳 じゃがバター くだもの	マカロニ・スパゲッティ／オリーブ油／無塩バター／薄力粉／サフラワー油／きび糖／なたね油／おおむぎ(押麦)／じゃがいも	しろさけ／牛乳／パルメザンチーズ／豚モモ肉／鶏胸肉	キャベツ／マッシュルーム／玉葱／にんにく／きゅうり／さやいんげん／トマト／レタス／サラダ菜／セロリー／にんじん／えのきたけ／トマト缶詰(ホール)／はっさく
5 19 ／ 土	チキンライス サイコロサラダ 野菜スープ	牛乳 ラスク	米／なたね油／じゃがいも／きび糖／食パン／はちみつ／無塩バター	鶏モモ肉／ベーコン／牛乳	玉葱／青ピーマン／にんじん／キャベツ／さやいんげん／とうもろこし缶詰(ﾍｰﾙ)／はくさい／チンゲンツァイ
7 21 ／ 月	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 豚肉とふきのきんぴら 水菜とかぶのみそ汁	牛乳 芋ようかん	米／ごま油／なたね油／てんさい糖／さつまいも／きび糖	木綿豆腐／鶏モモ肉／豚肉／油揚げ／麦みそ／牛乳／寒天	たけのこ／にんじん／スナッブえんどう／チンゲンツァイ／ぶなしめじ／しょうが／ふき／れんこん／かぶ／みずかけな／玉葱
8 22 ／ 火	ソフトフランス 鶏肉とじゃが芋の ケチャップ炒め ひじきとキャベツのサラダ 豚肉と細切り野菜のスープ	牛乳 のりじゃこおにぎり	フランスパン／じゃがいも／オリーブ油／なたね油／きび糖／米／ごま油	鶏モモ肉／干ひじき／豚モモ肉／牛乳／あおのり／しらす干し	にんじん／れんこん／ズッキーニ／にんにく／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ﾍｰﾙ)／玉葱／セロリー／生しいたけ
9 23 ／ 水	ご飯 さわらのみぞれ煮 かつのり和え アスパラと長芋のみそ汁	牛乳 りんごのケーキ	米／てんさい糖／ながいも／薄力粉／無塩バター／きび糖	さわら／かつお加工品(かつお節)／焼きのり／麦みそ／牛乳／たまご	だいこん／ねぎ／しょうが／キャベツ／きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／玉葱／エリンギ／アスパラガス／はくさい／りんご
10 24 ／ 木	山菜のあんかけうどん 納豆のかき揚げ もずく酢	牛乳 ピースご飯	干しうどん(乾)／なたね油／きび糖／かたくり粉／薄力粉／米油／米	豚ばら肉／糸引納豆／沖縄もずく(塩蔵、塩抜き)／牛乳／しらす干し	はくさい／にんじん／生しいたけ／玉葱／うど／たけのこ／葉ねぎ／きゅうり／しょうが／グリーンピース
11 25 ／ 金	春野菜のカレーライス 照り焼きチキンサラダ キャベツと小松菜のスープ	牛乳 英字ビスケット 星っこ	米／じゃがいも／なたね油／きび糖／なたね油	豚モモ肉／鶏胸肉／牛乳	にんじん／玉葱／ごぼう／アスパラガス／マッシュルーム／にんにく／レタス／トマト／きゅうり／レモン(果汁、生)／キャベツ／こまつな／とうもろこし缶詰(ﾍｰﾙ)
12 26 ／ 土	ブルコギトッパバ もやしとニラのごまだれあ わかめとえのきのスープ	牛乳 きな粉マカロニ	米／ごま油／きび糖／ごま／マカロニ・スパゲッティ	豚モモ肉／甜面醬／生わかめ／牛乳／きな粉(大豆)	玉葱／にんじん／青ピーマン／生しいたけ／にんにく／りょくとうもやし／にら／えのきたけ
14 28 ／ 月	ご飯 豚の梅ねぎ生姜焼き ごぼうと竹輪のごま酢和え 大根とわかめのみそ汁	牛乳 たけのこの蒸しパン	米／なたね油／ごま／きび糖／薄力粉	豚モモ肉／焼き竹輪／生わかめ／油揚げ／麦みそ／牛乳	梅(塩漬)／しょうが／梅びしお／にんにく／玉葱／にんじん／葉ねぎ／ごぼう／さやいんげん／ぶなしめじ／だいこん／たけのこ(ゆで)
15 火 30 水	中華風そぼろ丼 豚肉と大根の中華煮 ニラの汁ビーフン	牛乳 フルーツかん	米／きび糖／ごま油／かたくり粉／ビーフン／上白糖	豚ひき肉／甜面醬／生わかめ／豚モモ肉／牛乳／寒天	しょうが／にんにく／ほうれんそう／にんじん／りょくとうもやし／だいこん／チンゲンツァイ／玉葱／にら／干し椎茸／温州蜜柑缶詰(果肉)／もも(缶詰果肉)／パイナップル(缶詰)
16 ／ 水	食パン 新じゃが芋のグラタン 大根とキャベツのツナサラダ かぶの野菜スープ	牛乳 アンザック・ビスケット	食パン／じゃがいも／薄力粉／無塩バター／サフラワー油／きび糖／メープルシロップ／全粒粉／オートミール	鶏モモ肉／ベーコン／牛乳／カマンベールチーズ／まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｲﾄ)	ぶなしめじ／玉葱／だいこん／キャベツ／にんじん／レモン(果汁、生)／ねぎ／かぶ／かぶ(葉)
	月平均栄養価	エネルギー 脂 質	546kcal 18.6g	タンパク質 食塩相当量	22.2g 1.5g