



令和7年度4月 給食献立表



大島なかよし保育園

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	材料名			栄養価		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
1	15	火	牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き コーンクッキー 白菜の磯和え みそ汁(大根) バナナ	牛乳 マカロニきな粉	米 油 片栗粉 マカロニ 砂糖 黒砂糖	豚もも肉 海苔 味噌 牛乳 きな粉	生姜 玉葱 りんご ほうれん草 白菜 にんじん 大根 葉ねぎ バナナ	515kcal	20.6g	1.3g
2	16	水	牛乳 けんちんうどん かぼちゃの甘煮 のりものビスケット 中華きゅうり りんご	牛乳 ツナとえのきのおにぎり	うどん ごま油 砂糖 米	鶏もも肉 油揚げ 牛乳 ツナ	大根 にんじん ごぼう ねぎ かぼちゃ きゅうり りんご えのきたけ	515kcal	20.6g	2.4g
3	17	木	牛乳 ごはん 鶏肉のごまだれ焼き クラッカー もやしの和風和え すまし汁(はんぺん) バナナ	牛乳 なかよしサンド	米 砂糖 すりごま ごま油 食パン バター	鶏もも肉 味噌 はんぺん 牛乳	もやし 小松菜 にんじん 糸みつば バナナ いちごジャム	582kcal	23.3g	1.7g
4	18	金	牛乳 麦ごはん かわいいの照り焼き コーンクッキー ポテトサラダ みそ汁(なめこ) オレンジ	牛乳 りんごのショートブレッド	米 押麦 砂糖 じゃがいも マヨドレ 小麦粉 豆乳バター	かわい ハム 味噌 牛乳 豆乳	生姜 きゅうり にんじん とうもろこし なめこ ねぎ オレンジ りんごジャム	512kcal	19.7g	1.4g
5	19	土	牛乳 みそ豚丼 浅漬け(大根・きゅうり) せんべい わかめスープ バナナ	牛乳 ビスケット ぶどうゼリー	米 油 砂糖 ごま油 ビスケット	豚もも肉 味噌 わかめ 牛乳	にんにく 生姜 玉葱 きゅうり 大根 とうもろこし バナナ	561kcal	17.8g	1.7g
7	21	月	牛乳 カレーライス アップルドレッシングサラダ 星のコーンスナック チンゲン菜スープ オレンジ	麦茶 フルーツヨーグルト	米 油 豆乳バター じゃがいも 小麦粉 砂糖	豚もも肉 ヨーグルト 牛乳	にんにく 生姜 玉葱 にんじん キャベツ もやし きゅうり りんご 干し椎茸 チンゲン菜 オレンジ バナナ みかん缶 パイン缶	512kcal	13.4	2.2g
8	22	火	牛乳 ごはん 鮭の塩焼き コーンクッキー 切干大根の煮物 みそ汁(小松菜) りんご	牛乳 大学いも	米 油 砂糖 白玉麩 さつまいも いりごま	鮭 油揚げ 味噌 牛乳	切干大根 にんじん さやいんげん 小松菜 りんご	505kcal	19.3g	1.0g
9	23	水	牛乳 食パン チキンのオレンジ焼き バナナ のりものビスケット グリーンサラダ(アスパラガス) コーンスープ	牛乳 しそひじきごはん	食パン 油 砂糖 砂糖	鶏もも肉 牛乳 ひじき	マーマレードジャム にんにく 生姜 キャベツ きゅうり アスパラガス 玉葱 にんじん とうもろこし バナナ	522kcal	19.6g	2.1g
10	24	木	牛乳 麦ごはん 肉じゃが クラッカー 納豆和え みそ汁(豆腐) オレンジ	牛乳 ココア蒸しパン	米 押麦 油 じゃがいも しらたき 砂糖 小麦粉	豚もも肉 納豆 豆腐 わかめ 味噌 牛乳	にんじん 玉葱 グリンピース ほうれん草 えのきたけ ねぎ オレンジ	510kcal	19.7g	1.7g
11	25	金	牛乳 スパゲッティナポリタン ブロッコリーサラダ のりものビスケット かぶのスープ オレンジ	牛乳 中華おこわ	スパゲッティ 油 砂糖 米 もろ米 ごま油	ベーコン 牛乳 鶏もも肉	にんにく にんじん 玉葱 ピーマン ブロッコリー とうもろこし かぶ オレンジ 干し椎茸	512kcal	16.8g	2.2g
12	26	土	牛乳 焼き鳥丼 いんげんのごまマヨ和え ビスケット みそ汁(麩) バナナ	牛乳 せんべい オレンジゼリー	米 油 砂糖 マヨドレ すりごま 小町麩 せんべい	鶏もも肉 わかめ 味噌 牛乳	ねぎ さやいんげん にんじん バナナ	549kcal	20.0g	1.6g
14	28	月	牛乳 ミルクパン ハンバーグ 星のコーンスナック 春キャベツのサラダ コンソメスープ りんご	牛乳 混ぜ込みなり	ミルクパン パン粉 砂糖 油 米 いりごま	豚ひき肉 豆乳 ウィナー 牛乳 油揚げ 海苔	玉葱 キャベツ にんじん きゅうり りんご 干し椎茸	523kcal	20.7g	2.4g
30	水	水	牛乳 麻婆豆腐丼 三色ナムル のりものビスケット たまごスープ バナナ	牛乳 セサミトースト	米 油 砂糖 片栗粉 いりごま 食パン バター すりごま	豚ひき肉 味噌 豆腐 たまご 牛乳	にんにく 生姜 ねぎ にんじん 干し椎茸 もやし きゅうり バナナ	542kcal	20.8g	1.8g

※今月の果物は、バナナ・オレンジ・りんごを予定しています。(入荷状況により日々の使用を決定しています。)
 ※献立(食材)は保育園の行事・その他の都合により変更になることがありますのでご了承下さい。献立が変更になった場合はお知らせします。