

4月の予定献立表（未満児）



日 / 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄養価	日 / 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2 (月)	ごはん みそ汁(だいこん) ハンバーグ 粉ふき芋	米、じゃがいも	豚肉、ヨーグルト	だいこん、にんじん、ねぎ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 ビスケット ヨーグルト	エネルギー 489 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 13.4 g 食塩 1.7 g	19 (木)	チキンピラフ コンソープ チーズオムレツ チンゲンサイのツナ和え	米、さつまいも	牛乳、卵、鶏肉、ツナ、ベーコン、チーズ チンゲンサイ、たまねぎ、コーン、もやし、にんじん	牛乳 ビスケット 牛乳 スイートポテト	エネルギー 577 kcal たんぱく質 20.4 g 脂質 23.3 g 食塩 1.8 g	
3 (火)	ごはん みそ汁(しめじ) さけの和風マヨネーズ焼 ひじき煮	米	牛乳、さけ、チーズ、卵、油揚げ	にんじん、しめじ、いんげん、ねぎ、ひじき	牛乳 せんべい 牛乳 チーズケーキ	エネルギー 497 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 22.7 g 食塩 1.8 g	20 (金)	ごはん みそ汁(なす) かじきの照り焼き 蓮根のそぼろ金平	米	牛乳、かじき、鶏肉、油揚げ りんご、ごぼう、もやし、なす、にんじん	牛乳 ビスコ 牛乳 肉まん	エネルギー 510 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 19.5 g 食塩 2.0 g	
4 (水)	ごはん 野菜スープ チキンナゲット 南瓜サラダ	さつまいも、米	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、にんじん	牛乳 クラッカー 牛乳 大学芋	エネルギー 596 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 17.9 g 食塩 1.3 g	21 (土)	ミートスパゲティ 野菜スープ ブロッコリーのごま和え	パスタ、じゃがいも	豆乳、豚肉、チーズ たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマト、ブロッコリー	牛乳 せんべい 豆乳 パウムクーヘン	エネルギー 519 kcal たんぱく質 20.4 g 脂質 19.8 g 食塩 1.6 g	
5 (木)	グリンピースごはん ふのり汁 ポテトコロッケ ブロッコリーのソテー	米、じゃがいも	牛乳	だいこん、グリンピース、アスパラガス、エリンギ、ピーマン、ねぎ、ブロッコリー	牛乳 ビスケット 牛乳 ももゼリー せんべい	エネルギー 487 kcal たんぱく質 12.8 g 脂質 15.5 g 食塩 1.6 g	23 (月)	ごはん 中華スープ タンドリーチキン ツナと胡瓜和え物	米	牛乳、鶏肉、豆腐、ヨーグルト、ツナ	きゅうり、だいこん、にんじん、いちご	牛乳 ウエハース 牛乳 とうふのスクーン	エネルギー 508 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 19.7 g 食塩 1.4 g
6 (金)	ごはん チンゲンサイスープ さわらの醤油焼 きゅうりなめだけあえ	米	さけ、凍り豆腐、チーズ、さわら	きゅうり、にんじん、なめだけ、チンゲンサイ	牛乳 ビスコ ほうじ茶 鮭おにぎり	エネルギー 431 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 12.6 g 食塩 1.0 g	24 (火)	ごはん みそ汁(わかめ) 肉じゃが ほうれん草の胡麻あえ	米、じゃがいも、パスタ、しらたき	牛乳、豆腐、豚肉、ツナ ほうれん草、たまねぎ、にんじん、トマト、ほうれん草、ねぎ、わかめ	牛乳 せんべい ほうじ茶 ツナトマトマカロニ	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 11.3 g 食塩 2.1 g	
7 (土)	ちゃんぽんうどん おくらのお浸し ももゼリー	うどん	牛乳、豚肉、かまぼこ	オクラ、キャベツ、にんじん、ねぎ、にら	牛乳 せんべい 牛乳 源氏パイ	エネルギー 525 kcal たんぱく質 17.1 g 脂質 19.9 g 食塩 2.5 g	25 (水)	ごはん トマトスープ たらのムニエル 春キャベツウインナー炒め	米、じゃがいも	牛乳、たら、ウインナー、ベーコン オレンジ、キャベツ、トマト、たまねぎ、にんじん、ピーマン	牛乳 クラッカー 牛乳 せんべい オレンジ	エネルギー 432 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 14.5 g 食塩 1.3 g	
9 (月)	ごはん みそ汁(しめじ) 厚揚げと野菜の炒め煮 マカロニサラダ	米、マカロニ	牛乳、生揚げ、鶏肉	りんご、キャベツ、にんじん、しめじ、きゅうり、しいたけ、コーン、グリンピース	牛乳 ウエハース ほうじ茶 フルーチェ	エネルギー 456 kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 15.4 g 食塩 1.6 g	26 (木)	ごはん コンソメスープ 鶏の唐揚げ ビーフンのソテー	米、ビーフン	牛乳、鶏肉、ハム キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ	牛乳 ビスケット 牛乳 ふどうゼリー	エネルギー 517 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 18.5 g 食塩 2.6 g	
10 (火)	ごはん みそ汁(かぶ) 鮭の西京焼き 昆布の煮物	米、しらたき	豆乳、さけ、ちくわ、油揚げ	オレンジ、かぶ、にんじん、さやえんどう、こんぶ	牛乳 せんべい 豆乳 たいやき	エネルギー 492 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 13.9 g 食塩 2.1 g	27 (金)	たけのこごはん みそ汁(かぶ) さけのマヨ焼き パプリカとカリフラワーのソテー	米、パン、焼豆 牛乳、さけ、油揚げ、きな粉	カリフラワー、かぶ、たけのこ、ピーマン、にんじん、かぶ	牛乳 ビスコ 牛乳 パンの耳かりんとう(きなこ)	エネルギー 528 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 19.8 g 食塩 2.3 g	
11 (水)	ごはん みそ汁(しめじ) チキンボールケチャップあん アスパラのソテー	米、じゃがいも	牛乳、豆腐	パプリカ、アスパラガス、しめじ、ピーマン、エリンギ、ねぎ	牛乳 クラッカー 牛乳 のりしおポテト	エネルギー 508 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 18.0 g 食塩 1.6 g	28 (土)	みそラーメン トマトのサラダ バナナ	中華めん	牛乳、豚肉 パプリカ、トマト、キャベツ、ねぎ、きゅうり、にんじん、コーン	牛乳 せんべい 牛乳 クッキー	エネルギー 504 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 18.7 g 食塩 2.7 g	
12 (木)	ごはん みそ汁(さつまいも) たらの塩焼 キャベツの炒め煮	米、さつまいも、しらたき	牛乳、油揚げ、しらす、たら	キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ	牛乳 ビスケット 牛乳 ミニアメリカンドッグ	エネルギー 495 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 18.2 g 食塩 2.3 g	30 (月)	振替休日					
13 (金)	コッペパン ポトフ メンチカツ ハンサンスー	パン、米、じゃがいも、はるさめ	ウインナー、ハム、ツナ	きゅうり、にんじん、たまねぎ	牛乳 ビスコ ほうじ茶 ツナチャーハン	エネルギー 465 kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 14.3 g 食塩 2.2 g							
14 (土)	鮭ピラフ チキンスープ ほうれん草の磯あえ	米、コーンフレーク	牛乳、鶏肉、さけ	ほうれん草、だいこん、にんじん	牛乳 せんべい 牛乳 コーンフレーク	エネルギー 463 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 14.4 g 食塩 2.1 g							
16 (月)	ごはん みそ汁(じゃがいも) 春かつおのケチャップ煮 切干し大根の炒り煮	米、じゃがいも	かつお、しらす、油揚げ、チーズ	だいこん、しめじ、にんじん、ねぎ、いんげん、しいたけ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 じゃこチーズおにぎり	エネルギー 477 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 11.2 g 食塩 1.9 g							
17 (火)	豚丼 みそ汁(白菜) いんげんのおかかあえ いちご	米	牛乳、豚肉、豆腐、ちくわ、凍り豆腐	いんげん、たまねぎ、はくさい、ぶどう、ねぎ、にんじん、いちご	牛乳 せんべい 牛乳 レーズン蒸しパン	エネルギー 519 kcal たんぱく質 20.4 g 脂質 16.9 g 食塩 2.0 g							
18 (水)	ごはん わかめスープ キーマカレー キャベツのツナサラダ	米	牛乳、鶏肉、豆腐、豚肉、ツナ、しらす	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、コーン、グリンピース、ぶどう、ねぎ、わかめ	牛乳 クラッカー ほうじ茶 チヂミ	エネルギー 438 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 14.8 g 食塩 2.4 g							

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
4月19日はお誕生日会メニューです。



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS



4月の予定献立表（以上児）



日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄養価	日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	
2 （ 月 ）	ごはん みそ汁(だいこん) ハンバーグ 粉ふき芋	米、じゃがいも	豚肉、ヨーグルト	だいこん、にんじん、ねぎ	エネルギー 536 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 12.8 g 食塩 2.4 g	19 （ 木 ）	チキンピラフ コンソープ チーズオムレツ チンゲンサイのツナ和え	米、さつまいも	牛乳、卵、鶏肉、ツナ、ベーコン、チーズ	チンゲンサイ、たまねぎ、コーン、もやし、にんじん	エネルギー 652 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 23.9 g 食塩 2.0 g
3 （ 火 ）	ごはん みそ汁(しめじ) さけの和風マヨネーズ焼 ひじき煮	米	牛乳、さけ、チーズ、卵、油揚げ	にんじん、しめじ、いんげん、ねぎ、ひじき	エネルギー 546 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 23.6 g 食塩 2.2 g	20 （ 金 ）	ごはん みそ汁(なす) かじきの照り焼き 蓮根のそぼろ金平	米	牛乳、かじき、鶏肉、油揚げ	れんこん、ごぼう、もやし、なす、にんじん	エネルギー 531 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 17.4 g 食塩 2.5 g
4 （ 水 ）	ごはん 野菜スープ チキンナゲット 南瓜サラダ	さつまいも、米	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、にんじん	エネルギー 679 kcal たんぱく質 18.1 g 脂質 17.6 g 食塩 1.6 g	21 （ 土 ）	ミートスパゲティ 野菜スープ ブロッコリーのごま和え	パスタ、じゃがいも	豆腐、豚肉、チーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマト、ブロッコリー	エネルギー 595 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 20.9 g 食塩 1.8 g
5 （ 木 ）	グリーンピースごはん ふのり汁 ポテトコロッケ ブロッコリーのソテー	米、じゃがいも	牛乳	だいこん、グリーンピース、アスパラガス、エリンギ、ピーマン、ねぎ、ブロッコリー	エネルギー 679 kcal たんぱく質 18.7 g 脂質 22.3 g 食塩 2.3 g	23 （ 月 ）	ごはん 中華スープ タンダリーチキン ツナと胡瓜和え物	米	牛乳、鶏肉、豆腐、ヨーグルト、ツナ	きゅうり、だいこん、ねぎ、にんじん、いちご	エネルギー 552 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 18.6 g 食塩 1.8 g
6 （ 金 ）	ごはん チンゲンサイスープ さわらの醤油焼 きゅうりなめだけあえ	米	さけ、豆腐、チーズ、さわら	きゅうり、にんじん、なめだけ、チンゲンサイ	エネルギー 469 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 11.4 g 食塩 1.3 g	24 （ 火 ）	ごはん みそ汁(わかめ) 肉じゃが ほうれん草の胡麻あえ	米、じゃがいも、パスタ、しらたき	豆腐、豚肉、ツナ	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、トマト、ほうれん草、ねぎ、わかめ	エネルギー 519 kcal たんぱく質 18.1 g 脂質 9.7 g 食塩 2.6 g
7 （ 土 ）	ちゃんぽんうどん ももゼリー おくらのお浸し	うどん、コーンフレーク	牛乳、ヨーグルト、豚肉、かまぼこ	バナナ、オクラ、キャベツ、にんじん、ねぎ、にら	エネルギー 518 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 12.2 g 食塩 2.4 g	25 （ 水 ）	ごはん トマトスープ たらのムニエル 春キャベツウインナー炒め	米、じゃがいも	牛乳、たら、ウインナー、ベーコン	オレンジ、キャベツ、トマト、たまねぎ、にんじん、ピーマン	エネルギー 496 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 12.8 g 食塩 1.7 g
9 （ 月 ）	ごはん みそ汁(しめじ) 厚揚げと野菜の炒め煮 マカロニサラダ	米、マカロニ	牛乳、生揚げ、鶏肉	れんこん、にんじん、キャベツ、しめじ、きゅうり、しいたけ、コーン、グリーンピース	エネルギー 493 kcal たんぱく質 15.6 g 脂質 14.7 g 食塩 2.1 g	26 （ 木 ）	ごはん コンソメスープ 鶏の唐揚げ ビーフンのソテー	米、ビーフン	牛乳、鶏肉、ハム	キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ	エネルギー 587 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 20.4 g 食塩 2.0 g
10 （ 火 ）	ごはん みそ汁(かぶ) 鮭の西京焼き 昆布の煮物	米、しらたき	豆乳、さけ、ちくわ、油揚げ	オレンジ、かぶ、にんじん、さやえんどう、かぶ、こんぶ	エネルギー 520 kcal たんぱく質 23.1 g 脂質 11.7 g 食塩 2.5 g	27 （ 金 ）	たけのこごはん みそ汁(かぶ) さけのマヨ焼き パブリカとカリフラワーのソテー	米、パン、焼豆	牛乳、さけ、油揚げ、きな粉	カリフラワー、たけのこ、ピーマン、にんじん、かぶ	エネルギー 558 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 18.5 g 食塩 2.7 g
11 （ 水 ）	ごはん みそ汁(しめじ) チキンボールケチャップあん アスパラのソテー	米、じゃがいも	牛乳、豆腐	バナナ、アスパラガス、しめじ、ピーマン、エリンギ、ねぎ	エネルギー 580 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 17.5 g 食塩 2.0 g	28 （ 土 ）	みそラーメン トマトのサラダ バナナ	中華めん	牛乳、豚肉	バナナ、トマト、キャベツ、ねぎ、きゅうり、にんじん、コーン	エネルギー 538 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 17.1 g 食塩 3.3 g
12 （ 木 ）	ごはん みそ汁(さつまいも) たらの塩焼 キャベツの炒め煮	米、さつまいも、しらたき	牛乳、油揚げ、しらす、たら	キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ	エネルギー 558 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 17.5 g 食塩 3.2 g	30 （ 月 ）	振替休日				
13 （ 金 ）	コッペパン ポトフ メンチカツ パンサンスー	パン、米、じゃがいも、はるさめ	ウインナー、ハム、ツナ	きゅうり、にんじん、たまねぎ	エネルギー 527 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 13.9 g 食塩 2.9 g						
14 （ 土 ）	鮭ピラフ チキンスープ ほうれん草の磯あえ	米	牛乳、鶏肉、さけ	ほうれん草、だいこん、にんじん	エネルギー 499 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 18.7 g 食塩 2.4 g						
16 （ 月 ）	ごはん みそ汁(じゃがいも) 春かつおのケチャップ煮 切干大根の炒り煮	米、じゃがいも	かつお、しらす、油揚げ、チーズ	だいこん、しめじ、にんじん、ねぎ、いんげん、しいたけ	エネルギー 537 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 9.3 g 食塩 2.6 g						
17 （ 火 ）	豚丼 みそ汁(白菜) いんげんのおかかあえ いちご	米	牛乳、豚肉、豆腐、ちくわ、凍り豆腐	いんげん、たまねぎ、はくさい、ぶどう、ねぎ、にんじん、いちご	エネルギー 560 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 15.0 g 食塩 2.2 g						
18 （ 水 ）	ごはん わかめスープ キーマカレー キャベツのツナサラダ	米	鶏肉、豆腐、豚肉、ツナ、しらす	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、グリーンピース、コーン、ぶどう、ねぎ、わかめ	エネルギー 473 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 12.9 g 食塩 2.8 g						

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
4月19日はお誕生日会メニューです。



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS

