



# 4月 幼児献立表



2026年 江の島保育園

日	曜	昼食	おやつ	材料名
1 15	水	鶏ごぼううどん かぼちゃの含め煮	しらすと青のりの おにぎり 果物・牛乳	うどん 鶏肉 ごぼう えのき ねぎ 人参 かぼちゃ 三温糖 米 青のり しらす 大根 しめじ 果物 牛乳
2 16 30	木	麦ごはん 鮭のパン粉焼き ブロッコリーとりんごのサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ・わかめ)	ラスク 果物 牛乳	米 押し麦 鮭 パン粉 パセリ 卵 粉チーズ 小麦粉 ブロッコリー りんご カリフラワー りんご 油 三温糖 じゃが芋 玉ねぎ わかめ 味噌 パン バター 果物 牛乳
3 17	金	麦ごはん マーボー豆腐 ほうれん草のナムル すまし汁(大根・ねぎ・わかめ)	蒸しパン 果物 牛乳	米 押し麦 豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ にんにく 生姜 にら 味噌 三温糖 片栗粉 ほうれん草 もやし 人参 ごま ごま油 大根 ねぎ わかめ 小麦粉 卵 牛乳 ベーキングパウダー 果物 牛乳
4 18	土	ナポリタン ツナサラダ スープ(わかめ・かぶ・ねぎ)	いちごジャムサンド 果物 牛乳	スパゲティー ソーセージ 玉ねぎ 人参 ピーマン 三温糖 キャベツ ツナ缶 コーン缶 油 わかめ かぶ ねぎ パン いちごジャム 果物 牛乳
6 20	月	麦ごはん 鮭の照り焼き きんぴら 味噌汁(豆腐・わかめ・えのき)	かぼちゃクッキー 果物 牛乳	米 押し麦 鮭 ごぼう れん根 人参 こんにゃく いんげん ごま ごま油 三温糖 豆腐 わかめ えのき バター 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 南瓜 果物 牛乳
7 21	火	麦ごはん れん根入りミートローフ ブロッコリー すまし汁(大根・ねぎ・しめじ)	きつねおにぎり 果物 牛乳	米 押し麦 れん根 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 パン粉 卵 トマト缶 ブロッコリー 大根 ねぎ しめじ 油揚げ 干し椎茸 果物 牛乳
8 22	水	グリーンピースご飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	フレンチトースト 果物 牛乳	米 グリーンピース じゃが芋 玉ねぎ 人参 しらたき 豚肉 いんげん 三温糖 ほうれん草 もやし ごま キャベツ 味噌 パン 卵 牛乳 バター 果物 牛乳
9 23	木	ポークカレー キャベツのおかか和え すまし汁(わかめ・ねぎ・焼き麩)	ホットケーキ 果物 牛乳	米 押し麦 玉ねぎ 人参 じゃが芋 豚肉 小麦粉 バター 牛乳 トマト缶 カレー粉 チーズ ターメリック キャベツ かつお節 わかめ ねぎ 焼き麩 ベーキングパウダー 三温糖 卵 果物
10 24	金	青菜ご飯 鮭の塩焼き 豚汁	いちごジャムサンド 果物 牛乳	米 押し麦 小松菜 鮭 豚肉 豆腐 人参 大根 ごぼう ねぎ 里芋 こんにゃく 味噌 パン いちごジャム 果物 牛乳
11 25	土	麦ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き ブロッコリーのオーロラサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ)	きな粉マカロニ 果物 牛乳	米 押し麦 鶏肉 ブロッコリー 人参 コーン缶 カリフラワー ドレッシング じゃが芋 玉ねぎ 味噌 マカロニ きな粉 三温糖 果物 牛乳
13 27	月	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き コールスロー 味噌汁(チンゲン菜・玉ねぎ)	キャロットケーキ 果物 牛乳	米 押し麦 鶏肉 マーマレード キャベツ コーン缶 人参 油 三温糖 チンゲン菜 玉ねぎ 味噌 小麦粉 卵 バター 牛乳 レーズン ベーキングパウダー 果物
14 28	火	麦ごはん 鱈のみそ焼き 五目ひじき すまし汁(小松菜・えのき)	スイートポテト 果物 牛乳	米 押し麦 さわら 味噌 三温糖 ひじき 油揚げ 人参 こんにゃく いんげん ごま油 小松菜 えのき さつま芋 バター 卵 牛乳 果物

材料の都合により、献立が変更になる場合がございます。  
調理の都合上、欠席連絡は9時までをお願いいたします。

[今月の栄養量]  
577kcal / 蛋白 21, 9g / 脂質 15, 8g