

# 令和8年4月分献立予定表

佐野市保育園

日	曜	乳児 午前おやつ	主食	献立名	午後おやつ	からだを つくる	力や体温 となる	体の調子 をととのえる	
1	水	むぎちや ヨーグルト	ごはん	マーボとうふ、スティックきゅうり くだもの、むぎちや	ぎゅうにゅう おこめスティックケーキ	豆腐、豚挽肉 牛乳	米、油、三温糖 お米スティックケーキ	玉葱、にら、しめじ きゅうり、果物	
2	木	むぎちや おかし	パン	コーンシチュー、ゆでブロッコリー おいわいいちごゼリー、むぎちや	ぎゅうにゅう おかし	鶏肉、牛乳	パン、じゃが芋 油	玉葱、人参、しめじ コーン、ブロッコリー	
3	金	むぎちや おかし	めん	ごもくうどん、あおなおかかあえ チーズ、くだもの、むぎちや	ぎゅうにゅう ミニパン	鶏肉、油揚げ、なると チーズ、牛乳	生うどん ミニパン	人参、玉葱、しめじ 青菜、果物	
4	土	むぎちや おかし	パン	ハンバーグケチャップソース ゆでブロッコリー、チーズ、ゼリー、牛乳		ハンバーグ チーズ、牛乳	パン	ブロッコリー	
6	月	むぎちや ヨーグルト	ごはん	チキンピラフ、スティックきゅうり くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちや おかし	鶏肉、ベーコン 牛乳	米、バター、油	コーン、玉葱、人参、ピーマン しめじ、きゅうり、果物	
7	火	むぎちや おかし	ごはん	とうふいりハンバーグケチャップソース ゆでやさい、こふきいも、むぎちや	ぎゅうにゅう くだもの	豚挽肉、豆腐 豆乳、牛乳	米、パン粉、油 三温糖、じゃが芋	玉葱、トマト、果物 ほうれん草、人参、もやし	
8	水	むぎちや ヨーグルト	ごはん	にざかな、やさいのごまあえ とうふとじゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう マーラーカオ	魚切り身、豆腐 牛乳	米、中ざらめ、三温糖 じゃが芋、マーラーカオ	キャベツ、人参 青菜、もやし	
9	木	むぎちや おかし	めん	スパゲティミートソース、ゆでブロッコリー くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちや おかし	豚挽肉、粉チーズ 牛乳	スパゲティ、油 バター	玉葱、人参、ピーマン トマト、ブロッコリー、果物	
10	金	むぎちや おかし	パン	さかなフライ、ポテマカサラダ ぎゅうにゅう	むぎちや ヨーグルト	魚切り身、牛乳 ヨーグルト	パン、小麦粉、パン粉 じゃが芋、マカロニ、マヨネーズ	きゅうり、人参 玉葱、コーン	
11	土	むぎちや おかし	めん	やしそば、フルーツゼリー ぎゅうにゅう		ウインナー 牛乳	蒸し中華麺、油 じゃが芋	人参、玉葱	
13	月	むぎちや おかし	ごはん	やきとりどん、ゆでやさい、くだもの むぎちや	ぎゅうにゅう おこめスイートポテト	鶏モモ肉、牛乳	米、中ざらめ 米粉スイートポテト	ほうれん草、人参 もやし、果物	
14	火	むぎちや ヨーグルト	ごはん	やきざかな、3しょくきりほしに とうふときゃべつのみそしる	ぎゅうにゅう カステラ	魚切り身、油揚げ 豆腐、牛乳	米、三温糖 カステラ	切干大根、人参 ピーマン、キャベツ、玉葱	
15	水	むぎちや ヨーグルト	ごはん	マーボとうふ、スティックきゅうり くだもの、むぎちや	ぎゅうにゅう おこめスティックケーキ	豆腐、豚挽肉 牛乳	米、油、三温糖 お米スティックケーキ	玉葱、にら、しめじ きゅうり、果物	
16	木	むぎちや おかし	パン	コーンシチュー、ゆでブロッコリー フルーツゼリー、むぎちや	ぎゅうにゅう おかし	鶏肉、牛乳	パン、じゃが芋 油	玉葱、人参、しめじ コーン、ブロッコリー	
17	金	むぎちや おかし	めん	ごもくうどん、あおなおかかあえ チーズ、くだもの、むぎちや	ぎゅうにゅう ミニパン	鶏肉、油揚げ、なると チーズ、牛乳	生うどん ミニパン	人参、玉葱、しめじ 青菜、果物	
18	土	むぎちや おかし	パン	ハンバーグケチャップソース ゆでブロッコリー、チーズ、ゼリー、牛乳		ハンバーグ チーズ、牛乳	パン	ブロッコリー	
20	月	むぎちや ヨーグルト	ごはん	チキンピラフ、スティックきゅうり くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちや おかし	鶏肉、ベーコン 牛乳	米、バター、油	コーン、玉葱、人参、ピーマン しめじ、きゅうり、果物	
21	火	むぎちや おかし	ごはん	とうふいりハンバーグケチャップソース ゆでやさい、こふきいも、むぎちや	ぎゅうにゅう くだもの	豚挽肉、豆腐 豆乳、牛乳	米、パン粉、油 三温糖、じゃが芋	玉葱、トマト、果物 ほうれん草、人参、もやし	
22	水	むぎちや ヨーグルト	ごはん	にざかな、やさいのごまあえ とうふとじゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう マーラーカオ	魚切り身、豆腐 牛乳	米、中ざらめ、三温糖 じゃが芋、マーラーカオ	キャベツ、人参 青菜、もやし	
23	木	むぎちや おかし	めん	スパゲティミートソース、ゆでブロッコリー くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちや にんじんむしパン	豚挽肉、粉チーズ 牛乳、豆乳	スパゲティ、油 バター、蒸しパンシツク粉	玉葱、人参、ピーマン トマト、ブロッコリー、果物	
24	金	むぎちや おかし	パン	さかなフライ、ポテマカサラダ ぎゅうにゅう	むぎちや ヨーグルト	魚切り身、牛乳 ヨーグルト	パン、小麦粉、パン粉 じゃが芋、マカロニ、マヨネーズ	きゅうり、人参 玉葱、コーン	
25	土	むぎちや おかし	めん	やしそば、フルーツゼリー ぎゅうにゅう		ウインナー 牛乳	蒸し中華麺、油 じゃが芋	人参、玉葱	
27	月	むぎちや おかし	ごはん	やきとりどん、ゆでやさい、くだもの むぎちや	ぎゅうにゅう おこめスイートポテト	鶏モモ肉、牛乳	米、中ざらめ 米粉スイートポテト	ほうれん草、人参 もやし、果物	
28	火	むぎちや ヨーグルト	ごはん	やきざかな、3しょくきりほしに とうふときゃべつのみそしる	ぎゅうにゅう カステラ	魚切り身、油揚げ 豆腐、牛乳	米、三温糖 カステラ	切干大根、人参 ピーマン、キャベツ、玉葱	
29	水	しょうわのひ 							
30	木	むぎちや おかし	めん	やしそば、ちゅうかきゅうり くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちや セルフラップおにぎり	豚肉、牛乳 わかめ	蒸し中華麺、油 三温糖、米	人参、玉葱、キャベツ もやし、きゅうり、果物	

【保育園の食事】  ※都合により献立を変更することがあります。

保育園は各園に調理室があり、調理師が毎日手づくりしています。子どもたちは調理する姿を見たり、出来あがる料理の匂いをかいだりして食事の時間を楽しみにしています。園で収穫した野菜を給食に利用して食べたり、クッキングしたりして乳幼児期にあった様々な食育活動を体験しています。給与栄養目標量は、乳児は1日の50%(午前おやつ、昼食、午後おやつ)、幼児は45%(昼食、午後おやつ)を摂れるように献立を作成しています。毎日給食の展示を行っておりますので、ご家庭でも献立の参考にしてください。

### 【給食での使用を避ける食材について】

ミニトマト、ぶどう、サクランボ、うすらの卵など球形のものや、白玉団子、餅類は窒息事故を防ぐために保育園給食には使用しません。家庭で食べる場合、窒息事故の多い6歳以下のお子さんは食品を小さく切るなど与え方に気を付けましょう。誤って気管支に入りやすいピーナッツや乾燥大豆などの硬い豆は食べさせないようにしましょう。

	4月分平均	3才未満児	3才以上児
エネルギーkcal		435	548
たんぱく質 g		18.0	23.8
脂質 g		13.7	19.5
カルシウム g		220	319
鉄 mg		2.6	2.3
ビタミンC mg		25	33
食塩相当量 g		1.4	1.7