



# 4月の予定こんだてひょう(3~5才児)



令和7年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる	
1	火	鶏のすっぱ煮・小松菜のツナ和え かぼちゃの甘煮・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	558	19	20.6	2.1	鶏肉 ツナ・のり佃煮 牛乳	精白米 片栗粉・麩 バター	小松菜・もやし・人参 かぼちゃ・大根 ごぼう・白菜	
2	水	ジャムパン・ハムカツ キャベツのイタリアンサラダ ミネストローネ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	550	17.9	16.3	3	ツナ・ウインナー ハムカツ 牛乳・鶏肉	食パン・ジャム イタリアンドレッシング マカロニ・精白米	キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・トマト缶・バナナ ほうれん草・椎茸	
3	木	タラの甘酢あんかけ・焼売 ブロッコリーのごまドレ和え ごはん・中華スープ・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	511	16.7	19.5	1.5	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん ごまドレッシング 精白米・フルーチェの素	玉ねぎ・人参・ほうれん草 ブロッコリー・コーン チンゲン菜・もやし	
4	金	豚肉の生姜焼き・五色和え 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	黒ゴマトースト 麦茶	530	15.6	19.8	2.3	豚肉・錦糸卵 昆布・油揚げ わかめ・牛乳	精白米 食パン 黒ゴマ・マーガリン	玉ねぎ・生姜 もやし・きゅうり 人参・白菜・ごぼう	
5	土	入園式									
6	日										
7	月	たらこスパゲティ・チキンナゲット キャベツのシーザーサラダ オニオンスープ・牛乳	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	529	15.7	19.7	2.6	たらこソース・のり チーズ・チキンナゲット 牛乳・あおのり	スパゲティ・バター シーザードレッシング 精白米・天かす	キャベツ・人参 黄ピーマン 玉ねぎ・パセリ	
8	火	豆腐ハンバーグ・菜の花のお浸し さつま芋の甘煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごヨーグルト 麦茶	501	16.5	9	1.9	豆腐ハンバーグ 牛乳 ヨーグルト	おろしソース・麩 さつま芋・精白米 いちごソース	菜の花・もやし 人参 ほうれん草	
9	水	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ ピーチゼリー・牛乳	あんぱん りんごジュース	640	19.5	19.1	2.4	豚肉 オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク イタリアンドレッシング ゼリーの素・あんぱん・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・人参 ブロッコリー・しめじ	
10	木	中華丼・揚げ餃子 レンコンサラダ わかめスープ・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	507	18	16.4	1.8	豚肉・かまぼこ 餃子・わかめ 牛乳	精白米 ごまドレッシング リッツ・マシュマロ	白菜・人参・玉ねぎ キヌサヤ・筍・ねぎ レンコン・コーン	
11	金	いわしの生姜煮・大根の和風サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	508	21.3	14.7	2.3	いわしの生姜煮 高野豆腐 牛乳	和風ドレッシング 精白米 サラダせんべい	大根・人参・水菜 黄ピーマン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら	
12	土	すき焼き風煮・揚げ里芋 ゆでブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	501	18.1	17.4	1.9	豚肉 豆腐・油揚げ 牛乳	すき焼きのたれ 里芋・片栗粉 精白米・ビスケット	白菜・玉ねぎ・人参 しめじ・ブロッコリー キャベツ	
13	日										
14	月	肉じゃがコロケ・切干大根煮 納豆サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	523	17.8	13.5	2.2	納豆 さつま揚げ 牛乳	肉じゃがコロケ 精白米 ホットケーキミックス・ジャム	ほうれん草・もやし 切干大根・小松菜・人参 しめじ・グリーンピース	
15	火	塩ラーメン・春巻き コロコロサラダ バナナ・牛乳	たけのご飯おにぎり 麦茶	550	20.2	11.8	3.5	豚肉・なると 春巻き・大豆 牛乳・油揚げ	冷凍ラーメン・精白米 塩ラーメンスープ 青じそドレッシング	キャベツ・もやし 大根・きゅうり 人参・コーン・筍	
16	水	親子丼・白菜のゆかり和え さつま芋の天ぷら すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	564	20.6	16.3	2	鶏肉 卵 牛乳	精白米・麩 さつま芋・てんぷら粉 ゼリーの素	玉ねぎ・三つ葉 白菜・人参・きゅうり ゆかり・ほうれん草・黄桃缶	
17	木	ポークカレー・福神漬け 春雨のマヨネーズサラダ フルーツポンチ・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	694	14.9	22.9	3.2	豚肉 ハム 牛乳	精白米・バーモントフレーク 春雨・じゃが芋・マヨネーズ バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け チンゲン菜・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶	
18	金	モロの竜田揚げ・筑前煮 キャベツの昆布茶和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	514	20.1	16.7	2.7	モロ・昆布茶・鶏肉 豆腐・わかめ 牛乳・チーズ	片栗粉・里芋 精白米 リッツ・ジャム	キャベツ・人参・きゅうり ごぼう・大根・レンコン キヌサヤ	
19	土	鶏の照り焼き・白菜の昆布茶和え 五目豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	500	20.4	13.1	2.3	鶏肉・昆布茶 大豆・わかめご飯の素 牛乳	片栗粉 精白米 醤油せんべい	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら	
20	日										
21	月	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	501	14.4	16.6	2.7	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳・金時豆	精白米 フレンチ白ドレッシング 蒸しパンミックス	玉ねぎ・ミックスベジタブル ブロッコリー・人参 黄ピーマン・キャベツ	
22	火	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ ポテトサラダ オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	549	20.1	20.8	3.1	鶏肉・ハム 竹輪・青のり 牛乳	うどん・天ぷら粉 じゃが芋・マヨネーズ 精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ きゅうり・オレンジ 大根・ほうれん草・白菜	
23	水	チンジャオロース 春雨サラダ・エビシューマイ ごはん・卵スープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	530	18.9	20.2	1.9	豚肉 エビシューマイ 卵・牛乳	チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・シュガーロール	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・こねぎ	
24	木	サバの味噌煮・もやしのおかか和え ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	さつま芋チップス 麦茶	518	21.4	15.3	2.2	サバ・ひじき さつま揚げ・大豆 かつお節・牛乳	片栗粉・精白米 和風ドレッシング さつま芋	もやし・水菜 人参・コーン ほうれん草・しめじ	
25	金	お誕生会・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・ミニオンスポテト ブロッコリーサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	667	21.3	23.9	2.1	鶏肉 チーズ のり	精白米・片栗粉・ミニオンスポテト イタリアンドレッシング・ゼリーの素 カルピス・プリン・ホイップクリーム	コーン・人参 ブロッコリー 黄桃缶・みかん缶	
26	土	肉丼・海藻サラダ ミニコロケ 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	519	17.8	18.5	1.9	豚肉 海藻サラダ 牛乳	精白米・ミニコロケ 青じそドレッシング 星型せんべい	玉ねぎ 大根・きゅうり 白菜・ごぼう	
27	日										
28	月	白身魚フライ・栄養金平 キャベツのなめたけ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	537	21.2	18	1.8	白身魚フライ・豚肉 茎わかめ・さつま揚げ 牛乳・チーズ	精白米 ごま油 じゃが芋	キャベツ・人参 なめたけ・ごぼう 椎茸・もやし・にら	
29	火	昭和の日									
30	水	ポークビーンズ・炒り卵 ブロッコリーのイタリアンサラダ ごはん・千切り野菜スープ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	593	24.7	19.5	2.2	豚肉・大豆 たまごそぼろ ウインナー・牛乳	イタリアンドレッシング 精白米 ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・椎茸	

\* 日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(2才児)



令和7年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	火	ソフトせんべい	鶏のすっぱ煮・小松菜のツナ和え かぼちゃの甘煮・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	530	18.1	19.6	1.9	鶏肉 ツナ・のり佃煮 牛乳	ソフトせんべい・精白米 片栗粉・麩 バター	小松菜・もやし・人参 かぼちゃ・大根 ごぼう・白菜
2	水	クッキー	ジャムパン・ハムカツ キャベツのイタリアンサラダ ミネストローネ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	523	17.0	15.5	2.8	ツナ・ウインナー ハムカツ 牛乳・鶏肉	クッキー・食パン・ジャム イタリアンドレッシング マカロニ・精白米	キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・トマト缶・バナナ ほうれん草・椎茸
3	木	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・焼売 ブロッコリーのごまドレ和え ごはん・中華スープ・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	485	15.9	18.5	1.3	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん ごまドレッシング 精白米・フルーチェの素	玉ねぎ・人参・ほうれん草 ブロッコリー・コーン オレンジ・チンゲン菜・もやし
4	金	野菜せんべい	豚肉の生姜焼き・五色和え 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	黒ゴマトースト 麦茶	504	14.8	18.8	2.1	豚肉・錦糸卵 昆布・油揚げ わかめ・牛乳	野菜せんべい 精白米・食パン 黒ゴマ・マーガリン	玉ねぎ・生姜 もやし・きゅうり 人参・白菜・ごぼう
5	土		入園式								
6	日										
7	月	星型せんべい	たらこスパゲティ・チキンナゲット キャベツのシーザーサラダ オニオンスープ・牛乳	たかすと青のりの おにぎり 麦茶	503	14.9	18.7	2.4	たらこソース・のり チーズ・チキンナゲット 牛乳・あおのり	スパゲティ・バター シーザードレッシング 星型せんべい・精白米・たかす	キャベツ・人参 黄ピーマン 玉ねぎ・パセリ
8	火	クッキー	豆腐ハンバーグ・菜の花のお浸し さつま芋の甘煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごヨーグルト 麦茶	476	15.7	8.6	1.7	豆腐ハンバーグ 牛乳 ヨーグルト	おろしソース・麩 さつま芋・精白米 クッキー・いちごソース	菜の花・もやし 人参 ほうれん草
9	水	ソフトせんべい	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ ピーチゼリー・牛乳	あんぱん りんごジュース	608	18.5	18.1	2.2	豚肉 オムレツ 牛乳	ソフトせんべい・精白米・ハヤシフレーク イタリアンドレッシング ゼリーの素・あんぱん・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・人参 ブロッコリー・しめじ
10	木	白い風船	中華丼・揚げ餃子 レンコンサラダ わかめスープ・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	482	17.1	15.6	1.6	豚肉・かまぼこ 餃子・わかめ 牛乳	白い風船・精白米 ごまドレッシング リッツ・マシュマロ	白菜・人参・玉ねぎ キヌサヤ・筍・ねぎ レンコン・コーン
11	金	たまごボーロ	いわしの生姜煮・大根の和風サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	483	20.2	14.0	2.1	いわしの生姜煮 高野豆腐 牛乳	和風ドレッシング たまごボーロ・精白米 サラダせんべい	大根・人参・水菜 黄ピーマン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら
12	土	りんご	すき焼き風煮・揚げ里芋 ゆでブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	476	17.2	16.5	1.7	豚肉 豆腐・油揚げ 牛乳	すき焼きのたれ 里芋・片栗粉 精白米・ビスケット	白菜・玉ねぎ・人参 しめじ・ブロッコリー キャベツ
13	日										
14	月	チーズかまぼこ	肉じゃがコロッケ・切干大根煮 納豆サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	497	16.9	12.8	2	チーズかまぼこ・納豆 さつま揚げ 牛乳	肉じゃがコロッケ 精白米 ホットケーキミックス・ジャム	ほうれん草・もやし 切干大根・小松菜・人参 しめじ・グリーンピース
15	火	コーンフレーク	塩ラーメン・春巻き コロコロサラダ バナナ・牛乳	たけのこご飯おにぎり 麦茶	523	19.2	11.2	3.3	豚肉・なると 春巻き・大豆 牛乳・油揚げ	冷凍ラーメン・精白米 コーンフレーク・塩ラーメンスープ 青じそドレッシング	キャベツ・もやし 大根・きゅうり 人参・コーン・筍
16	水	野菜せんべい	親子丼・白菜のゆかり和え さつま芋の天ぷら すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	536	19.6	15.5	1.8	鶏肉 卵 牛乳	野菜せんべい・精白米・麩 さつま芋・てんぷら粉 ゼリーの素	玉ねぎ・三つ葉 白菜・人参・きゅうり ゆかり・ほうれん草・黄桃缶
17	木	クッキー	ポークカレー・福神漬け 春雨のマヨネーズサラダ フルーツポンチ・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	659	14.2	21.8	3	豚肉 ハム 牛乳	クッキー・精白米・バームクーヘン 春雨・じゃが芋・マヨネーズ バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け チンゲン菜・コーン みかん缶・パイナップル・黄桃缶
18	金	オレンジ	モロの竜田揚げ・筑前煮 キャベツの昆布茶和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	488	19.1	15.9	2.5	モロ・昆布茶・鶏肉 豆腐・わかめ 牛乳・チーズ	片栗粉・里芋 精白米 リッツ・ジャム	キャベツ・人参・きゅうり ごぼう・大根・レンコン オレンジ・キヌサヤ
19	土	白い風船	鶏の照り焼き・白菜の昆布茶和え 五目豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	475	19.4	12.4	2.1	鶏肉・昆布茶 大豆・わかめご飯の素 牛乳	白い風船・片栗粉 精白米 醤油せんべい	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら
20	日										
21	月	ウエハース	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	476	13.7	15.8	2.5	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳・金時豆	ウエハース・精白米 フレンチ白ドレッシング 蒸しパンミックス	玉ねぎ・ミックスベジタブル ブロッコリー・人参 黄ピーマン・キャベツ
22	火	野菜せんべい	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ ポテトサラダ オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	522	19.1	19.8	2.9	鶏肉・ハム 竹輪・青のり 牛乳	うどん・天ぷら粉 じゃが芋・マヨネーズ 野菜せんべい・精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ きゅうり・オレンジ 大根・ほうれん草・白菜
23	水	青りんごゼリー	チンジャオロース 春雨サラダ・エビシューマイ ごはん・卵スープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	504	18.0	19.2	1.7	豚肉 エビシューマイ 卵・牛乳	ゼリーの素・チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・シュガーロール	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・こねぎ
24	木	バナナ	サバの味噌煮・もやしのおかか和え ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	さつま芋チップス 麦茶	492	20.3	14.5	2	サバ・ひじき さつま揚げ・大豆 かつお節・牛乳	片栗粉・精白米 和風ドレッシング さつま芋	バナナ・もやし・水菜 人参・コーン ほうれん草・しめじ
25	金	クッキー	お誕生会・・・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・ミニオンスポテト ブロッコリーサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	634	20.2	22.7	1.9	鶏肉 チーズ のり	クッキー・精白米・片栗粉・ミニオンスポテト イタリアンドレッシング・ゼリーの素 カルピス・プリン・ホイップクリーム	コーン・人参 ブロッコリー 黄桃缶・みかん缶
26	土	オレンジ	肉丼・海藻サラダ ミニコロッケ 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	493	16.9	17.6	1.7	豚肉 海藻サラダ 牛乳	精白米・ミニコロッケ 青じそドレッシング 星型せんべい	オレンジ・玉ねぎ 大根・きゅうり 白菜・ごぼう
27	日										
28	月	ソフトせんべい	白身魚フライ・栄養金平 キャベツのなめたけ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	510	20.1	17.1	1.6	白身魚フライ・豚肉 荳わかめ・さつま揚げ 牛乳・チーズ	ソフトせんべい・精白米 ごま油 じゃが芋	キャベツ・人参 なめたけ・ごぼう 椎茸・もやし・にら
29	火		昭和の日								
30	水	ビスケット	ポークビーンズ・炒り卵 ブロッコリーのイタリアンサラダ ごはん・千切り野菜スープ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	563	23.5	18.5	2	豚肉・大豆 たまごそぼろ ウインナー・牛乳	イタリアンドレッシング ビスケット・精白米 ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・椎茸

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(1才児)



令和7年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	火	ソフトせんべい	鶏のすっぱ煮・小松菜のツナ和え かぼちゃの甘煮・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	477	16.2	17.6	1.7	鶏肉 ツナ・のり佃煮 牛乳	ソフトせんべい・精白米 片栗粉・麩 バター	小松菜・もやし・人参 かぼちゃ・大根 ごぼう・白菜
2	水	クッキー	ジャムパン・ハムカツ キャベツのイタリアンサラダ ミネストローネ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	470	15.3	13.9	2.6	ツナ・ウインナー ハムカツ 牛乳・鶏肉	クッキー・食パン・ジャム イタリアンドレッシング マカロニ・精白米	キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・トマト缶・バナナ ほうれん草・椎茸
3	木	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・焼売 ブロッコリーのごまドレ和え ごはん・中華スープ・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	437	14.3	16.7	1.1	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん ごまドレッシング 精白米・フルーチェの素	玉ねぎ・人参・ほうれん草 ブロッコリー・コーン オレンジ・チンゲン菜・もやし
4	金	野菜せんべい	豚肉の生姜焼き・五色和え 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	453	13.3	16.9	1.9	豚肉・錦糸卵 昆布・油揚げ わかめ・牛乳	野菜せんべい 精白米 食パン・ジャム	玉ねぎ・生姜 もやし・きゅうり 人参・白菜・ごぼう
5	土		入園式								
6	日										
7	月	星型せんべい	たらこスパゲティ・チキンナゲット キャベツのシーザーサラダ オニオンスープ・牛乳	天かすと青のり おにぎり 麦茶	452	13.4	16.8	2.2	たらこソース・のり チーズ・チキンナゲット 牛乳・あおのり	スパゲティ・バター シーザードレッシング 星型せんべい・精白米・天かす	キャベツ・人参 黄ピーマン 玉ねぎ・パセリ
8	火	クッキー	豆腐ハンバーグ・菜の花のお浸し さつま芋の甘煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごヨーグルト 麦茶	428	14.1	7.7	1.5	豆腐ハンバーグ 牛乳 ヨーグルト	おろしソース・麩 さつま芋・精白米 クッキー・いちごソース	菜の花・もやし 人参 ほうれん草
9	水	ソフトせんべい	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ ピーチゼリー・牛乳	あんぱん りんごジュース	547	16.7	16.3	2.0	豚肉 オムレツ 牛乳	ソフトせんべい・精白米・ハヤシフレーク イタリアンドレッシング ゼリーの素・あんぱん・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・人参 ブロッコリー・しめじ
10	木	白い風船	中華丼・揚げ餃子 レンコンサラダ わかめスープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	433	15.4	14.0	1.4	豚肉・かまぼこ 餃子・わかめ 牛乳	白い風船・精白米 ごまドレッシング マンナビスケット	白菜・人参・玉ねぎ キヌサヤ・筍・ねぎ レンコン・コーン
11	金	たまごボーロ	いわしの生姜煮・大根の和風サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜せんべい 麦茶	434	18.2	12.6	1.9	いわしの生姜煮 高野豆腐 牛乳	和風ドレッシング たまごボーロ・精白米 野菜せんべい	大根・人参・水菜 黄ピーマン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら
12	土	りんご	すき焼き風煮・揚げ里芋 ゆでブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	428	15.5	14.9	1.5	豚肉 豆腐・油揚げ 牛乳	すき焼きのたれ 里芋・片栗粉 精白米・ビスケット	白菜・玉ねぎ・人参 しめじ・ブロッコリー キャベツ
13	日										
14	月	チーズかまぼこ	肉じゃがコロッケ・切干大根煮 納豆サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	447	15.2	11.5	1.8	チーズかまぼこ・納豆 さつま揚げ 牛乳	肉じゃがコロッケ 精白米 ホットケーキミックス・ジャム	ほうれん草・もやし 切干大根・小松菜・人参 しめじ・グリーンピース
15	火	コーンフレーク	塩ラーメン・春巻き コロコロサラダ バナナ・牛乳	たけのこご飯おにぎり 麦茶	470	17.3	10.1	3.1	豚肉・なると 春巻き・大豆 牛乳・油揚げ	冷凍ラーメン・精白米 コーンフレーク・塩ラーメンスープ 青じそドレッシング	キャベツ・もやし 大根・きゅうり 人参・コーン・筍
16	水	野菜せんべい	親子丼・白菜のゆかり和え さつま芋の天ぷら すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	482	17.6	13.9	1.6	鶏肉 卵 牛乳	野菜せんべい・精白米・麩 さつま芋・てんぷら粉 ゼリーの素	玉ねぎ・三つ葉 白菜・人参・きゅうり ゆかり・ほうれん草・黄桃缶
17	木	クッキー	ポークカレー・福神漬け 春雨のマヨネーズサラダ フルーツポンチ・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	593	12.7	19.6	2.8	豚肉 ハム 牛乳	クッキー・精白米・バームクーヘン 春雨・じゃが芋・マヨネーズ バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け チンゲン菜・コーン みかん缶・パイナップル・黄桃缶
18	金	オレンジ	モロの竜田揚げ・筑前煮 キャベツの昆布茶和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	439	17.2	14.3	2.3	モロ・昆布茶・鶏肉 豆腐・わかめ 牛乳・チーズ	片栗粉・里芋 精白米 リッツ・ジャム	キャベツ・人参・きゅうり ごぼう・大根・レンコン オレンジ・キヌサヤ
19	土	白い風船	鶏の照り焼き・白菜の昆布茶和え 五目豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	428	17.4	11.2	1.9	鶏肉・昆布茶 大豆・わかめご飯の素 牛乳	白い風船・片栗粉 精白米 ソフトせんべい	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら
20	日										
21	月	ウエハース	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	428	12.3	14.2	2.3	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳・金時豆	ウエハース・精白米 フレンチ白ドレッシング 蒸しパンミックス	玉ねぎ・ミックスベジタブル ブロッコリー・人参 黄ピーマン・キャベツ
22	火	野菜せんべい	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ ポテトサラダ オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	469	17.2	17.8	2.7	鶏肉・ハム 竹輪・青のり 牛乳	うどん・天ぷら粉 じゃが芋・マヨネーズ 野菜せんべい・精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ きゅうり・オレンジ 大根・ほうれん草・白菜
23	水	青りんごゼリー	チンジャオロース 春雨サラダ・エビシューマイ ごはん・卵スープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	453	16.2	17.3	1.5	豚肉 エビシューマイ 卵・牛乳	ゼリーの素・チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・シュガーロール	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・こねぎ
24	木	バナナ	サバの味噌煮・もやしのおかか和え ひじきごはん すまし汁・牛乳	ふかし芋 麦茶	443	18.3	13.1	1.8	サバ・ひじき さつま揚げ・大豆 かつお節・牛乳	片栗粉・精白米 和風ドレッシング さつま芋	バナナ・もやし・水菜 人参・コーン ほうれん草・しめじ
25	金	クッキー	お誕生会・・・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・ミニオンズポテト ブロッコリーサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	570	18.2	20.4	1.7	鶏肉 チーズ のり	クッキー・精白米・片栗粉・ミニオンズポテト イタリアンドレッシング ゼリーの素・カルピス・プリン	コーン・人参 ブロッコリー 黄桃缶・みかん缶
26	土	オレンジ	肉丼・海藻サラダ ミニコロッケ 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	444	15.2	15.8	1.5	豚肉 海藻サラダ 牛乳	精白米・ミニコロッケ 青じそドレッシング 星型せんべい	オレンジ・玉ねぎ 大根・きゅうり 白菜・ごぼう
27	日										
28	月	ソフトせんべい	白身魚フライ・栄養金平 キャベツのなめたけ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	459	18.1	15.4	1.4	白身魚フライ・豚肉 荳わかめ・さつま揚げ 牛乳・チーズ	ソフトせんべい・精白米 ごま油 じゃが芋	キャベツ・人参 なめたけ・ごぼう 椎茸・もやし・にら
29	火		昭和の日								
30	水	ビスケット	ポークビーンズ・炒り卵 ブロッコリーのイタリアンサラダ ごはん・千切り野菜スープ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	507	21.1	16.7	1.8	豚肉・大豆 たまごそぼろ ウインナー・牛乳	イタリアンドレッシング ビスケット・精白米 ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・椎茸

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(離乳食)



令和7年度

矢板保育園

日	曜	完了期食(12ヶ月～)			後期食(9～11ヶ月頃)			中期食(7～8ヶ月頃)	初期食(5～6ヶ月頃)
		朝のおやつ	昼食	おやつ	朝のおやつ	昼食	おやつ		
1	火	小魚せんべい	チキン煮・小松菜のツナ和え かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	かぼちゃ&にんじん りんご 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 小松菜のツナ和え 白粥・大根のスープ・麦茶		チキン煮 小松菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 小松菜ペースト 麦茶
2	水	クッキー	ジャムパン・肉団子煮 キャベツのサラダ ミネストローネ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	かぼちゃ&にんじん りんご	肉団子煮 キャベツのサラダ パン粥・玉ねぎのスープ・麦茶		肉団子煮 キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
3	木	オレンジ	煮魚(タラ)・かぼちゃ煮 ブロッコリーのサラダ ごはん・中華スープ・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	オレンジ	煮魚(タラ) ブロッコリーのサラダ 白粥・チンゲン菜のスープ・麦茶		煮魚(タラ) ブロッコリーのサラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
4	金	ほうれん草と小松菜せんべい	豚肉の玉ねぎあんかけ・五色和え 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	ほうれん草と小松菜せんべい	豚肉の玉ねぎあんかけ もやしのサラダ 白粥・白菜のスープ・麦茶		鶏の野菜あんかけ 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
5	土		入園式			入園式		入園式	入園式
6	日								
7	月	しらす&わかめせんべい	野菜スパゲティ・肉団子のトマト煮 キャベツのサラダ オニオンスープ・牛乳	青のりのおにぎり 麦茶	しらす&わかめせんべい	野菜スパゲティ 肉団子のトマト煮 玉ねぎのスープ・麦茶		にゅうめん 肉団子のトマト煮 キャベツのサラダ・麦茶	白粥 トマトペースト 麦茶
8	火	クッキー	豆腐ハンバーグ・菜の花のお浸し さつま芋の甘煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごヨーグルト 麦茶	マンナウエ ハース	豆腐ハンバーグ もやしのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		豆腐の野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶
9	水	小魚せんべい	肉じゃが・オムレツ 花野菜サラダ・ごはん ピーチゼリー・牛乳	ジャムパン りんごジュース	小魚せんべい	肉じゃが 花野菜サラダ 白粥・オレンジ・麦茶		肉じゃが 花野菜のここと煮 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
10	木	ハイハイ(プレーン)	野菜のそぼろ煮・かぼちゃ煮 レンコンサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	ハイハイ(プレーン)	野菜のそぼろ煮 かぼちゃ煮 白粥・わかめスープ・麦茶		野菜のそぼろ煮 かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
11	金	たまごボーロ	煮魚(サバ)・大根のサラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ほうれん草と小松菜せんべい 麦茶	たまごボーロ	煮魚(サバ) 大根のサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶		煮魚(タラ) 大根煮 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶
12	土	りんご	鶏の野菜あんかけ・里芋煮 ゆでブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	かぼちゃ&にんじん りんご 麦茶	りんご	鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・キャベツのスープ・麦茶		鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
13	日								
14	月	チーズスティック	肉じゃが・切干大根煮 納豆サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	チーズスティック	肉じゃが 納豆サラダ 白粥・小松菜のスープ・麦茶		肉じゃが 納豆サラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
15	火	コーンフレーク	にゅうめん・肉団子のだし煮 コロコロサラダ バナナ・牛乳	菜飯おにぎり 麦茶	ヨーグルト	にゅうめん コロコロサラダ バナナ・麦茶		にゅうめん コロコロサラダ バナナ・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
16	水	ほうれん草と小松菜せんべい	親子煮・白菜のサラダ さつま芋スティック・ごはん すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	ほうれん草と小松菜せんべい	親子煮 白菜のサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		そぼろ煮 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
17	木	クッキー	じゃが芋のそぼろあんかけ 春雨サラダ・ごはん フルーツポンチ・牛乳	ジャムパン りんごジュース	マンナウエ ハース	じゃが芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のサラダ 白粥・オレンジ・麦茶		じゃが芋のそぼろあんかけ チンゲン菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 チンゲン菜ペースト 麦茶
18	金	オレンジ	煮魚(鮭)・筑前煮 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	オレンジ	煮魚(鮭) キャベツのサラダ 白粥・豆腐のスープ・麦茶		煮魚(鮭) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
19	土	ハイハイ(野菜)	チキン煮・白菜のサラダ 五目豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	かぼちゃ&にんじん りんご 麦茶	ハイハイ(野菜)	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶		チキン煮 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
20	日								
21	月	マンナウエハース	タラのトマト煮・かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	蒸しパン 麦茶	マンナウエハース	タラのトマト煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶		タラのトマト煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
22	火	ほうれん草と小松菜せんべい	煮込みうどん・竹輪煮 ポテトサラダ オレンジ・牛乳	野菜粥 麦茶	ほうれん草と小松菜せんべい	煮込みうどん ポテトサラダ オレンジ・麦茶		煮込みうどん ポテトサラダ りんご・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
23	水	青りんごゼリー	豚の野菜あんかけ・里芋煮 春雨サラダ・ごはん 卵スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	ヨーグルト	豚の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・卵スープ・麦茶		鶏と野菜のここと煮 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
24	木	バナナ	サバの味噌煮・もやしのおかか和え ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	ふかし芋 麦茶	バナナ	煮魚(サバ) もやしのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		煮魚(鮭) ほうれん草のくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
25	金	クッキー	チキン煮・じゃが芋煮 ブロッコリーサラダ・ごはん いちごゼリー・麦茶	ヨーグルト 麦茶	かぼちゃ&にんじん りんご	チキン煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・りんご・麦茶		チキン煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
26	土	オレンジ	豚の玉ねぎあんかけ・海藻サラダ 里芋煮・ごはん 味噌汁・牛乳	しらす&わかめせんべい 麦茶	オレンジ	豚の玉ねぎあんかけ 里芋煮 白粥・白菜のスープ・麦茶		鶏の玉ねぎあんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 玉ねぎペースト 麦茶
27	日								
28	月	ハイハイ(プレーン)	煮魚(タラ)・栄養金平 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	ハイハイ(プレーン)	煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶		煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
29	火		昭和の日			昭和の日		昭和の日	昭和の日
30	水	マンナビスケット	ポークビーンズ・炒り卵 ブロッコリーのサラダ ごはん・千切り野菜スープ・牛乳	ジャムパン りんごジュース	マンナビスケット	豚肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶		鶏のトマト煮 ブロッコリーのここと煮 白粥・麦茶	白粥 トマトペースト 麦茶

麦茶・・・麦茶25ml+お湯25ml 計50mlです。