






# 2026年4月献立表



にじいろ保育園

日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未満児	材 料 名				9時おやつ	3時おやつ	備考
			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	調味料			
01水	大豆入りキーマカレー ブロッコリーのさっぱり和え キャベツのスープ	549.7(482.4 24.6(23.3) 21.4(19.1) 3.0(2.4)	七分つき米、ロールパン、 オリーブ油、砂糖	○豆乳、大豆水煮、豚ひき 肉、牛ひき肉、ベーコン、ハ ム、◎豆乳	たまねぎ、ブロッコリー、に んじん、キャベツ、○フル ベリージャム、りんご、コ ーン	かつお・昆布だし汁、カレ ールウ、ケチャップ、中濃ソ ース、しょうゆ、コンソメ、鶏 ガラスープ、食塩	豆乳	豆乳 ブルーベリー ジャムサンド	
02木	御飯 鮭の塩こうじ焼き 大豆の五目煮 切干大根の味噌汁	496.7(405.1 25.7(22.6) 10.0(9.7) 1.4(1.2)	七分つき米、塩こうじ、砂 糖、なたね油、◎砂糖	○豆乳、さけ、だいす水煮、 さつま揚げ、淡色みそ、◎大 豆ヨーグルト	○オレンジ、だいごん、にん じん、万能ねぎ、ごぼう、し めじ、しいたけ、切り干しだ いごん	かつお・昆布だし汁、本みり ん、しょうゆ	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳、清見オレンジ 	
03金	桐生酵母パン(未満児:さつま芋パン) ミートローフ シーザーサラダ もずくスープ	556.2(501.5 27.5(25.9) 26.5(23.2) 2.2(1.8)	◎七分つき米、ロールパン、 パン粉、マヨネーズ、フラン スパン、ごま油、◎ごま、砂 糖	○豆乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、豆乳、チーズ、鶏もも 肉、ベーコン、カッテージ チーズ、◎豆乳	たまねぎ、レタス、ブロッ コリー、もずく、えのきたけ、レッ ドキャベツ、にんじん、赤ビー マン、○えだまめ、○塩こんぶ、 この実、◎オレンジ	かつお・昆布だし汁、中濃 ソース、ケチャップ、本みり ん、しょうゆ、食塩、中華だ しの素、鶏ガラスープ、こ しょう	豆乳、オレンジ	豆乳 枝豆入り塩昆布おにぎり	パンの日
06月	御飯 鶏肉の照り焼き ひじきの五目煮 小松菜の味噌汁	544.3(452.0 24.3(22.7) 9.7(9.7) 2.4(1.9)	七分つき米、◎砂糖、砂糖、 ごま油	○豆乳、鶏もも肉、だいす水 煮、淡色みそ、さつま揚げ、 油揚げ、◎豆乳	○りんご濃縮果汁、ごまつな、た まねぎ、ひらだけ、にんじん、 くわわかめ、ひじき、○粉かてん (イナアガー)、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん	豆乳	豆乳、りんごゼリー	
07火	御飯 サワラの香味焼き かぶとささ身の昆布和え みそワタンスープ	547.0(385.5 24.7(20.5) 11.8(10.5) 1.5(1.6)	七分つき米、ワタンの皮、 ごま油、砂糖、◎オリーブ油	○豆乳、さわら、豚肉(も も)、鶏ささ身、淡色みそ、◎ 麦みそ、◎かつお節	○バナナ、かぶ、ねぎ、にん じん、キャベツ、だいごん、 かぶ・葉、塩こんぶ、レモン 果汁、◎あおりの	かつお・昆布だし汁、本みり ん、しょうゆ、おろしにんに く、おろししょうが、中華だ しの素、鶏ガラスープ	ミネラル味噌スープ	豆乳、バナナ	
08水	トマトソースパスタ かぼちゃサラダ 豆苗のスープ	603.3(526.7 25.0(23.6) 20.0(18.0) 2.1(1.7)	スパゲティ、◎七分つき米、 マヨネーズ、オリーブ油、砂 糖、ごま、◎砂糖	○豆乳、豚ひき肉、ベー コン、ハム、◎豆乳	ホールトマト缶詰、かぼちゃ、ト マトピューレ、たまねぎ、トウ モロコシ、キャベツ、きゅうり、 えだまめ、パプリカ、パプリコ、にん じく	かつお・昆布だし汁、ケ チャップ、○しょうゆ、しょ うゆ、○本みりん、食塩、コ ンソメ、鶏ガラスープ、こ しょう	豆乳	豆乳、焼きおにぎり	麺の日
09木	御飯 マーボー豆腐 もずくときゅうりの和え物 鶏ごぼう汁	504.6(453.4 23.1(20.5) 16.4(14.8) 2.7(2.2)	七分つき米、○米粉、○全粒 ミックス粉、◎砂糖、砂糖、 ◎なたね油、ごま油、片栗 粉、◎砂糖	○豆乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、鶏もも肉、淡色みそ、米 みそ(淡色辛みそ)、◎大豆 ヨーグルト	もずく、きゅうり、ねぎ、ご ぼう、万能ねぎ、にんじん、 しょうが	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酢、食塩、トウバンジャ ン	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 米粉ココア蒸しパン	
10金	御飯 カレイの西京焼き 春雨サラダ 大根の味噌汁	542.9(486.2 23.3(22.6) 8.8(9.1) 1.6(1.3)	◎さつまいも、七分つき米、 はるさめ、砂糖、なたね油、 ごま油	○豆乳、かれい、生揚げ、ハ ム、淡色みそ、白みそ、◎豆 乳	緑豆もやし、きゅうり、ほう れんそう、だいごん、にんじ ん、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酢、みりん	豆乳、バナナ	豆乳、ふかしさつま芋	
11土	野菜たっぷり塩ラーメン ブロッコリーのゴマ酢和え いちご	454.9(406.7 22.3(21.4) 9.0(9.2) 3.1(2.5)	生中華めん、砂糖、ごま油、 すりごま	○豆乳、豚ひき肉、ちくわ、 ◎豆乳	いちご、ブロッコリー、キャ ベツ、にんじん、もやし、ね ぎ、コーン、にら、黒きくら げ	中華スープ、しょうゆ、酢、 食塩	豆乳	豆乳、おせんべい	
13月	御飯 サバのカレー風味焼き 大根と人参のきんぴら ほうれん草の味噌汁	490.3(425.8 25.0(23.3) 18.6(16.4) 2.2(1.7)	七分つき米、○ロールパン、 砂糖、ごま油、ごま	○豆乳、さば、○ウイン ナー、淡色みそ、凍り豆腐、 ◎豆乳	だいごん、ほうれんそう、に んじん、たまねぎ、○レタス	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん、○ケチャッ プ、おろししょうが、カレー 粉	豆乳	豆乳、ホットドッグ	
14火	たけのこ御飯 鶏の塩から揚げ めかぶときゅうりの和え物 しめじの味噌汁	524.5(436.3 27.1(22.7) 15.2(13.3) 2.2(2.1)	七分つき米、◎砂糖、片栗 粉、塩こうじ、○玄米フレ ック、油、砂糖、◎オリーブ油	○豆乳、○ヨーグルト(無 糖)、鶏もも肉、米みそ(淡色 辛みそ)、◎麦みそ、◎かつ お節	めかぶわかめ、たけのこ(ゆで)、 ○ブルーベリージャム、きゅうり、し めじ、えのきたけ、にんじん、生わか め、たまねぎ、干しいたけ、にん じく、しょうが、◎あおりの	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん、酢、食塩	ミネラル味噌スープ	豆乳 玄米フレックヨーグルト	季節のごはんの日 
15水	御飯 豚肉のジャリアピンステーキ コールスローサラダ 押麦のスープ	652.9(583.4 24.1(24.6) 27.3(26.2) 1.6(1.4)	七分つき米、○全粒ミックス 粉、○ホットケーキ粉、○砂 糖、マヨネーズ、ごま油、砂 糖、◎なたね油、押麦	○豆乳、豚肉(ロース)、ハ ム、◎豆乳	キャベツ、たまねぎ、はくさ い、きゅうり、○バナナ、 コーン(冷凍)、○干しぶど う、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酢、食塩、中華だしの 素、鶏ガラスープ	豆乳	豆乳 レーズンバナナケーキ	
16木	全粒粉パン(未:にんじんパン) タンダーリーチキン 春野菜ポテトサラダ コーンスープ	539.1(480.1 31.5(27.0) 23.8(20.7) 2.6(2.1)	ロールパン、じゃがいも、○ さつまいも、マヨネーズ、○ 砂糖、○油、はちみつ、砂 糖、◎砂糖	○豆乳、豆乳、鶏もも肉、豆 乳ヨーグルト(無糖)、ハ ム、○するめ、豆乳バター、 ◎大豆ヨーグルト	クリームコーン缶、レタス、 にんじん、グリーンアスパラ ガス、レモン果汁	ケチャップ、コンソメ、ウス ターソース、しょうゆ、食 塩、おろしにんにく、カレー 粉	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 芋けんぴ、するめ	パンの日 (ビジョンポスト)
17金	<b>お弁当の日</b> 		○ペーグル	○豆乳、◎豆乳	◎オレンジ		豆乳 清見オレンジ	豆乳、ミニペーグル (チーズ)	お弁当の日
18土	豚丼 切干大根のサラダ わかめスープ	537.1(489.5 24.0(23.2) 17.9(16.4) 1.5(1.2)	七分つき米、砂糖、すりご ま、ごま油	○豆乳、豚肉(肩ロース)、木 綿豆腐、◎豆乳	たまねぎ、きゅうり、緑豆も やし、切り干しだいごん、に んじん、干しいたけ、カッ トわかめ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん、酢、食塩、中 華だしの素、鶏ガラスープ、 おろししょうが	豆乳	豆乳、ピーチゼリー	
20月	御飯 ハンバーグ キャベツの昆布和え 水菜の味噌汁	564.1(480.6 24.9(23.2) 19.2(17.3) 1.5(1.2)	七分つき米、パン粉、ごま 油、砂糖	○豆乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、生揚げ、木綿豆腐、豆 乳、淡色みそ、◎豆乳	○いちご、キャベツ、たまね ぎ、だいごん、きゅうり、に んじん、塩こんぶ	かつお・昆布だし汁、中濃 ソース、ケチャップ、本みり ん	豆乳	豆乳、いちご	
21火	御飯 鮭のマヨチーズ焼き 切干大根の煮物 高野豆腐の味噌汁	560.0(447.9 27.7(22.9) 22.0(18.6) 1.8(1.8)	七分つき米、マヨネーズ、○ 焼肉、○砂糖、砂糖、なたね 油、◎オリーブ油	○豆乳、さけ、○豆乳パ ター、淡色みそ、さつま揚 げ、粉チーズ、凍り豆腐、◎ 麦みそ、◎かつお節	たまねぎ、生わかめ、にんじ ん、切り干しだいごん、グリ ンピース、黒きくらげ、◎あ おりの	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん、パセリ粉	ミネラル味噌スープ	豆乳 お麩のバターラスク	
22水	ちゃんぽんうどん さつま芋のカッテージサラダ フルーツヨーグルト	517.3(457.8 20.9(20.3) 14.1(13.3) 2.1(1.7)	ゆでうどん、さつまいも、○ 七分つき米、砂糖、マヨネ ーズ、ごま油、◎砂糖	○豆乳、大豆ヨーグルト、豚 肉(もも)、えび、かまぼこ、 ○しらす干し、カッテージ チーズ、○かつお節、◎豆乳	キャベツ、バナナ、きゅう り、オレンジ、にんじん、に ら、干しぶどう	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、○しょうゆ、中華だしの 素、鶏ガラスープ、食塩	豆乳	豆乳 しらすおかかおにぎり	麺の日
23木	麦ごはん カレイの煮つけ きりざい 車麩の味噌汁	519.4(455.3 22.4(19.9) 9.5(9.3) 1.9(1.6)	七分つき米、○米粉、○全粒 ミックス粉、◎砂糖、押麦、 ◎なたね油、砂糖、焼肉(車 ぶ)、ごま、○すりごま、◎ 砂糖	かれい、挽きわり納豆、○豆 乳、チーズ、淡色みそ、○き な粉、◎大豆ヨーグルト	ほうれんそう、にんじん、な す、ごまつな、だいごん(た くあん)、キウイ、りんご	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん、おろししょう が	三年番茶 大豆ヨーグルト	酵素ジュース 黒ごまきな粉 米粉蒸しパン	麦ごはんの日
24金	御飯 鶏肉のマーメイド焼き スナップエンドウのソテー もやしの味噌汁	530.6(477.8 29.2(27.2) 17.6(16.1) 1.9(1.5)	◎さつまいも、七分つき米、 ◎砂糖、○油、オリーブ油、 ごま油、砂糖	○豆乳、鶏もも肉、豚ひき 肉、ベーコン、淡色みそ、◎ 豆乳	ブロッコリー、もやし、ス ナップえんどう、にんじん、 マーメイドジャム、万能ね ぎ、コーン、◎いちご	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、○本みりん、○しょう ゆ、おろしにんにく、コンソ メ、食塩	豆乳、いちご	豆乳、大学芋 	
25土	ナポリタン レタスじゃこサラダ バナナヨーグルト	539.6(475.7 20.1(19.7) 14.2(13.3) 1.3(1.1)	スパゲティ、砂糖、ごま油	○豆乳、ヨーグルト(無糖)、 ウインナー、油揚げ、しらす 干し、◎豆乳	バナナ、たまねぎ、レタス、 トマトピューレ、きゅうり、 ホールトマト缶詰、ピーマ ン、にんじん	ケチャップ、酢、しょうゆ、 コンソメ	豆乳	豆乳、ビスケット	
27月	御飯 豚肉と根菜の味噌煮 マカロニサラダ 麩のすまし汁	599.1(505.8 24.6(23.0) 22.7(20.1) 2.0(1.6)	七分つき米、マカロニ、しら たき、マヨネーズ、○砂糖、 砂糖、油、焼肉	○豆乳、◎大豆ヨーグルト、 豚肉(肩ロース)、ハム、米み そ(淡色辛みそ)、◎豆乳	だいごん、にんじん、○バナ ナ、○いちご、ブロッ コリー、ごぼう、コーン、みつ ば、えのきたけ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、食塩	豆乳	豆乳 フルーツヨーグルト 	
28火	御飯 かじきのカレーパン粉焼き ジャーマンポテト わかめの味噌汁	607.8(486.2 30.1(24.9) 20.9(17.8) 2.3(2.2)	七分つき米、じゃがいも、○ パン粉、パン粉、オリーブ 油、○油、砂糖、○砂糖、な たね油、◎オリーブ油	○豆乳、かじき、○豚ひき 肉、木綿豆腐、大豆ヨーグル ト、ベーコン、米みそ(淡色 辛みそ)、◎麦みそ、◎かつ お節	○たまねぎ、たまねぎ、○ト マトピューレ、生わかめ、グ リーンアスパラガス、万能ね ぎ、○にんにく、パセリ、◎ あおりの	かつお・昆布だし汁、○ケ チャップ、ケチャップ、しょ うゆ、コンソメ、食塩、カ レー粉、○食塩、こしょう	ミネラル味噌スープ	豆乳 ミートソースパンネ	
30木	タコライス ブロッコリーのフレンチサラダ めかぶスープ	519.6(465.4 22.7(20.2) 19.0(16.9) 1.8(1.5)	七分つき米、◎砂糖、砂糖、 なたね油、ごま油、◎砂糖	○豆乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、木綿豆腐、チーズ、◎大 豆ヨーグルト	○ぶどう濃縮果汁、ブロッ コリー、トマト、たまねぎ、ス プラウト、りんご、めかぶわかめ、 レタス、黄ピーマン、○粉かてん (イナアガー)、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、ケチャ ップ、ウスターソース、しょう ゆ、酢、本みりん、食塩、おろしに んにく、中華だしの素、鶏ガラ スープ、カレー粉	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳、ぶどうゼリー	

※発注や行事の関係で献立を変更することがあります。 ※午前のおやつは未満児クラスのみになります。  
 ※給食に使用する砂糖は、てんさい糖です。 ※ コンソメ、中華だしは、化学調味料無添加のもの、マヨネーズは卵乳不使用の豆乳マヨを使用しています。  
 ※おやつに使用する食パンは、卵乳不使用の無添加パンです。