

令和8年 4月献立表

保育園アリス宿河原

食育・イベント	日	曜	朝おやつ	給食	午後おやつ	3色分類		
						あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
	1	水	牛乳	カレーライス シルバーサラダ 清見柑	牛乳 ポップコーン(コンソメ味)	牛乳 豚もも肉	米 押し麦 じゃがいも 油 春雨 マヨネーズ(卵なし) 砂糖 ポップコーン種	人参 玉ねぎ きゅうり 清見柑
	2	木	牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼き キャベツの胡麻和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ・油揚げ) バナナ	牛乳 シュガーラスク	牛乳 鶏もも肉 油揚げ かつお節 味噌	米 砂糖 米粉 油 白ごま 食パン	キャベツ 人参 生わかめ 玉ねぎ 昆布 バナナ
	3	金	牛乳	ごはん 鱈の西京焼き 三色おひたし 清汁(人参・ねぎ・大根) りんご	牛乳 じゃがちゃん (長崎県おやつ) りんご	牛乳 さわら 白みそ かつお節	米 砂糖 ごま油 白ごま じゃがいも 米粉ホット ケーキミックス 油	生姜 ほうれん草 もやし 人参 長ねぎ 大根 昆布 りんご
	4・18	土	牛乳	豚丼 人参サラダ 味噌汁(もやし・玉ねぎ) バナナ	お茶 お菓子	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 油 白ごま 砂糖 お菓子	玉ねぎ 人参 もやし 昆布 バナナ
	6・20	月	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き しょう油フレンチ 味噌汁(大根・小松菜) バナナ	牛乳 手作りポップコーン(塩味) 味噌	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 油 ポップコーン種	生姜 キャベツ きゅうり セロリ 人参 大根 小松菜 昆布 バナナ
	7・21	火	牛乳	麻婆丼 もやしの三杯酢 中華スープ(玉ねぎ・長ねぎ・わかめ) りんご	牛乳 レモンパタートースト	牛乳 木綿豆腐 豚挽肉 味噌 かつお節	米 砂糖 片栗粉 ごま油 食パン(7日) 胚芽食パン(21日) パター	人参 長ねぎ もやし きゅうり ホールコーン缶 玉ねぎ 生わかめ 昆布 りんご レモン汁
	8・22	水	牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきのマヨネーズ和え 味噌汁(切干大根・小松菜・油揚げ) バナナ	牛乳 焼きうどん	牛乳 鶏もも肉 油揚げ かつお節 味噌 豚もも肉	米 砂糖 マヨネーズ(卵なし) 乾麺 油	生姜 おかひじき きゅうり 人参 切干大根 小松菜 昆布 バナナ キャベツ
	9・23	木	牛乳	ごはん 鮭のバーベキューソース 焼き キャベツのソテー コンソメスープ(人参・もやし・玉ねぎ) 清見柑	牛乳 豆乳ココアゼリー プレミアムクラッカー	牛乳 鮭 豆乳 ゼラチン	米 砂糖 油 プレミアム クラッカー	キャベツ 人参 ビーマン 玉ねぎ もやし 清見柑
入園・進級 お祝い給食	10	金	牛乳	ゆかりごはん 鶏肉の竜田揚げ 春野菜ポテトサラダ 清汁(人参・ねぎ・たけのこ) いちご	100%りんごジュース 米粉のバナナケーキ	牛乳 鶏もも肉 かつお節 豆乳	米 片栗粉 油 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) 米粉 砂糖	ゆかり 生姜 ブロッコリー アスパラガス スナップえんどう 人参 長ねぎ 茹でたけのこ 昆布 いちご バナナ りんご ジュース
	11・25	土	牛乳	カレーピラフ 三色サラダ コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ) りんご	お茶 お菓子	牛乳 鶏もも肉	米 油 お菓子	玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー カリフラワー キャベツ りんご
	13・27	月	牛乳	ごはん 鶏肉の香味焼き きゅうりのおかか和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ・わかめ) バナナ	牛乳 ふかし芋	牛乳 鶏もも肉 かつお節 味噌	米 白ごま ごま油 砂糖 さつまいも	長ねぎ にんにく 生姜 きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ 生わかめ 昆布 バナナ
	14・28	火	牛乳	ごはん いろいろ野菜ミートローフ スピナチサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・もやし) デコボン	牛乳 オートミールクッキー	牛乳 豚挽肉 まぐろ油漬 缶 豆乳	米 油 パン粉 白ごま 砂糖 オートミール 米粉 三温糖	玉ねぎ 人参 ビーマン ホールコーン缶 ほうれん草 もやし 清見柑 レーズン
	15	水	牛乳	ごはん 鱈のカレー焼き 五目きんぴら 清汁(人参・ねぎ・小松菜) りんご	牛乳 サラダスパゲティ	牛乳 鯖 かつお節 まぐろ油漬缶	米 米粉 油 白ごま スパゲティ	ごぼう 人参 ビーマン 長ねぎ 小松菜 昆布 りんご きゅうり
	16・30	木	牛乳	ハッシュドポーク コールスローサラダ バナナ	牛乳 クリームチーズ&ブルーベリー ジャムサンド	牛乳 豚もも肉 クリーム チーズ	米 油 パター パンプキン 食パン(16日) 食パン(30日) グラニュー糖 ブルーベリージャム	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり セロリ ホール コーン缶 バナナ レモン汁

令和8年 4月献立表

保育園アリス宿河原

食育・イベント	日	曜	朝おやつ	給食	午後おやつ	3色分類		
						あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
	17	金	牛乳	ごはん 肉じゃが 切干大根の和え物 味噌汁(キャベツ・もやし) りんご	牛乳 水ようかん プレミアムクラッカー	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 じゃがいも 砂糖 油 こしあん プレミアムク ラッカー	人参 玉ねぎ 切干大根 きゅうり キャベツ もやし 昆布 りんご 寒天
	24	金	牛乳	ごはん 鶏肉のポテトフレーク焼き 野菜の磯香和え 味噌汁(白菜・油揚げ・ 玉ねぎ) りんご	牛乳 人参パンケーキ	牛乳 鶏もも肉 油揚げ かつお節 味噌	米 マヨネーズ(卵なし) マッシュポテトフレーク 油 米粉ホットケーキミッ クス	人参 もやし ほうれん草 刻みのり 白菜 玉ねぎ 昆布 りんご