

2025年4月分 献立表

あゆみ保育園

日	曜	10時おやつ	昼 食	3時おやつ	
1日	火	塩せんべい, お茶	ご飯, 豚肉生姜炒め, きゃべつのツナマヨサラダ, みそ汁 (大根・油揚げ), お茶	◎ふわふわドーナツ, 牛乳	
2日	水	甘辛せんべい, 牛乳	ご飯, 鯖の味噌煮, 和風サラダ, すまし汁 (豆腐・長葱), お茶	◎ホイップサンド, 牛乳	
3日	木	ギンビスアスパラガス, 牛乳	スパゲッティミートソース, ブロccoliの香りおえ, 野菜スープ, お茶	◎鮭おにぎり, お茶	
4日	金	塩せんべい, 牛乳	ご飯, 和風ハンバーグ, ポテトサラダ, みそ汁 (麩・たまねぎ), お茶	カステラ, 牛乳	
5日	土	甘辛せんべい, お茶	キーマカレー, スープ, デザート, お茶	クレープ, せんべい, お茶	
7日	月	ギンビスアスパラガス, 牛乳	マーボー豆腐丼, ツナサラダ, 中華スープ, お茶	◎クラッカーサンド, 牛乳	
8日	火	塩せんべい, 牛乳	鶏南蛮うどん, 春巻き, パナナ, お茶	◎おかかおにぎり, お茶	
9日	水	甘辛せんべい, ドリンクヨーグルト	ご飯, 厚揚げのそぼろ煮, マカロニサラダ, みそ汁 (ほうれん草・えのき), お茶	◎シュガートースト, 牛乳	
10日	木	ギンビスアスパラガス, 牛乳	わかめご飯, 高野豆腐のふわふわ煮, もやしのごま和え, みそ汁 (長葱・じゃが芋), お茶	フルーチェ, せんべい, お茶	
11日	金	塩せんべい, お茶	ご飯, 鶏の照り焼き, かぼちゃサラダ, みそ汁 (わかめ・油揚げ), お茶	◎マカロニきな粉, 牛乳	
12日	土	甘辛せんべい, お茶	五目あんかけ丼, みそ汁, デザート, お茶	今川焼, せんべい, お茶	
14日	月	ギンビスアスパラガス, 牛乳	ご飯, 豚肉と大根の煮物, 中華風サラダ, みそ汁 (白菜・わかめ), お茶	フライドポテト, 牛乳	
15日	火	塩せんべい, 牛乳	カレーライス, コーンサラダ, フルーツヨーグルト, コンソメスープ, お茶	◎焼きそば, お茶	
16日	水	甘辛せんべい, 牛乳	ご飯, ポークチャップ, スパゲッティサラダ, きゃべつのスープ, お茶	◎チーズ蒸しパン, 牛乳	
17日	木	ギンビスアスパラガス, お茶	豚丼, じゃこサラダ, みそ汁 (南瓜・長葱), お茶	◎おふのラスク, 牛乳	
18日	金	塩せんべい, 牛乳	ご飯, 肉じゃが, きゅうりとチーズの酢の物, みそ汁 (切干大根・玉葱), お茶	◎ジャムサンド, 牛乳	
19日	土	甘辛せんべい, お茶	チャーハン, みそ汁, デザート, お茶	スティックパン, せんべい, お茶	
21日	月	ギンビスアスパラガス, ドリンクヨーグルト	ご飯, 鮭のコーンマヨドレ焼き, ピーファン炒め, すまし汁 (小松菜・蒸しかまぼこ), お茶	◎セサミトースト, 牛乳	
22日	火	塩せんべい, お茶	食パン, ポークシチュー, フレンチサラダ, パナナ, 牛乳	◎わかめおにぎり, お茶	
23日	水	甘辛せんべい, 牛乳	親子丼, ナムル, みそ汁 (わかめ・高野豆腐), お茶	◎みそポテト, 牛乳	
24日	木	ギンビスアスパラガス, 牛乳	(リクエストメニュー) ふりかけご飯, ハンバーグ, マロニーサラダ, みそ汁 (油揚げ・大根), お茶	◎マドレーヌ, 牛乳	
25日	金	塩せんべい, 牛乳	ご飯, コロッケ, コールスローサラダ, 豆腐のスープ, お茶	チーズ, ビスケット, 牛乳	
26日	土	甘辛せんべい, お茶	マーボー豆腐丼, みそ汁, デザート, お茶	クリームパン, せんべい, お茶	
28日	月	ギンビスアスパラガス, お茶	ハヤシライス, きゃべつとハムのサラダ, ヨーグルト, 野菜スープ, お茶	◎パンせんべい, 牛乳	
29日	火	昭和の日			
30日	水	塩せんべい, お茶	ご飯, 豚肉のスタミナ炒め, ナムル風煮浸し, みそ汁 (麩・玉葱), お茶	◎チーズサンド, 牛乳	

	I補† - kcal	タパ† g	脂質 g	加鈣† g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	554	21.3	16.8	221	2.1	181	0.36	0.34	23	3.4	2.2
3才未満児	455	17.1	14	203	1.7	142	0.28	0.3	17	2.5	1.7

◎は手作りおやつです。

☆リクエストメニューは24日(木)です。

☆献立は都合により変更することがあります。

4月のリクエストメニューを考えてくれたおともだち