



4月 献立表

献 第 1 号
令和7年4月1日
わかくさ中央こども園

日	曜	献立	主な材料	おやつ	上段：午前 下段：午後	3歳以上児 Kcal	
2	水	煮込みうどん いそべポテト、ナムル	うどん、豚肉、人参、玉葱、油揚げ/じゃが芋、青のり/ もやし、きゅうり、人参、ほうれん草、ハム、みかん缶	味しらべ フルーツポンチ		344	
3	木	玄米ごはん、煮込みハンバーグ ツナサラダ、コンソメスープ	豚挽肉、鶏挽肉、玉葱、トマト/ツナ、キャベツ、きゅうり コーン/ベーコン、キャベツ、人参、小松菜、しめじ、長葱 じゃが芋、コーン	ぱりんこ 豆乳プリン いちごソース		469	
4	金	カレーライス、ポイル野菜 ミニゼリー、お茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース/キャベツ、人参 きゅうり、コーン、ハム	星たべよ 黒糖蒸しパン		505	
7	月	わかめごはん、お茶 青菜のしらすあえ、肉じゃが	わかめ/キャベツ、人参、しらす干し、小松菜/豚肉、玉葱 じゃが芋、人参、しらたき、グリーンピース、干し椎茸、車麩	源氏パイ バナナ		463	
8	火	ごはん、白身魚フライ しょうゆフレンチ、野菜スープ	タラ/キャベツ、人参、きゅうり、カニカマ、ほうれん草 みかん缶/ベーコン、白菜、人参、小松菜、しめじ、コーン 豆腐、長葱	クッキー カステラ		485	
9	水	塩ラーメン ぎょうざ、中華あえ	中華麺、ベーコン、もやし、玉葱、人参、コーン、メンマ/ 豚挽肉、キャベツ/鶏ささみ、きゅうり、キャベツ、人参 わかめ	ビスコ 塩昆布おにぎり		434	
10	木	玄米ごはん、鶏肉の照り焼き 野菜のごま酢あえ、わかめ汁	鶏肉/もやし、きゅうり、コーン、人参、ほうれん草、油揚げ /わかめ、人参、豆腐、長葱	オレンジゼリー 野菜かりんとう		447	
11	金	麻婆生揚げ丼 ゆかりあえ、なめこ汁	厚揚げ、豚挽肉、えのきたけ、たけのこ、人参、玉葱、ニラ /キャベツ、きゅうり、ゆかり/なめこ、人参、豆腐、長葱	ベジタべる ぶどうゼリー		439	
14	月	ごはん、菜入りふりかけ ごま味噌あえ、すき焼き風汁	小松菜、しらす干し/もやし、人参、ほうれん草、コーン/ 豚肉、人参、白菜、えのきたけ、長葱、しらたき、焼き豆腐	野菜かりんとう ゴーフレット		478	
15	火	ベジタブルピラフ チキンサラダ 春野菜の豆乳スープ	人参、玉葱、ピーマン、ウインナー/鶏ささみ、人参 キャベツ、きゅうり、コーン/玉葱、キャベツ、じゃが芋 コーン、人参、アスパラガス、ベーコン、豆乳	チーズ デコポン		388	
16	水	ツナとキャベツのスパゲティ ミートボールスープ フルーツヨーグルト	スパゲティ、ツナ、玉葱、キャベツ、人参、海苔/白菜、人参 ミートボール、ほうれん草、玉葱、コーン/みかん缶、バナナ ヨーグルト	マスカットゼリー クリームパン		646	
17	木	玄米ごはん、かぼちゃコロッセ ブロッコリーサラダ ふわふわスープ	かぼちゃ、玉葱、鶏挽肉/ブロッコリー、キャベツ、人参 きゅうり、ツナ/卵、玉葱、人参、わかめ、ベーコン	鈴カステラ 麩のラスク		593	
18	金	切干大根入りビビンバ丼 海苔酢あえ、豆腐汁	切干大根、豚挽肉、もやし、きゅうり、人参、卵/ほうれん草 もやし、ツナ、海苔/豆腐、人参、わかめ、長葱	スティックパン 星たべよ		459	
21	月	きりざいごはん おかかあえ、五目汁	納豆、人参、野沢菜、たくあん/ほうれん草、もやし、人参 コーン/かぼちゃ、人参、ごぼう、ベーコン、豆腐、長葱	ミニサラダ ヨーグルト		387	
22	火	焼きそば アラスカときゅうりのあえもの 中華スープ	焼きそば、豚肉、人参、キャベツ、玉葱、もやし、ピーマン /きゅうり、もやし、人参、えのきたけ、カニカマ/たけのこ 白菜、人参、干し椎茸、きくらげ、豆腐	オレンジ ぱりんこ		433	
23	水	たけのこごはん、チキンナゲット ごまネーズあえ、すまし汁	たけのこ、人参、油揚げ/鶏肉/ひじき、キャベツ、人参 きゅうり、コーン/なると、わかめ、豆腐、長葱	ビスケット いちご蒸しパン		464	
24	木	玄米ごはん、鮭のつけ焼き 昆布あえ、ほうれん草の味噌汁	鮭、長葱/キャベツ、かぶ、小松菜、人参、塩昆布/人参 長葱、豆腐、ほうれん草	ジャムヨーグルト ロールケーキ		511	
25	金	かぶとランチ、ごまあえ 若竹汁、こどもの日ゼリー	わかめ/豚挽肉、鶏挽肉、玉葱、ウインナー/ほうれん草 もやし、コーン	ゴーフレット ★3歳以上児 かしわもち ★3歳未満児 ミニたいやき		529	
28	月	梅ひじきごはん キャベツのおひたし、けんちん汁	ひじき、ゆかり/キャベツ、人参、コーン、えのきたけ/鶏肉 大根、人参、じゃが芋、しらたき、ごぼう、豆腐、油揚げ	とんがりコーン かあさんケット		471	
29	火	昭和の日					
30	水	味噌ラーメン ピザポテト、オレンジ	中華麺、豚挽肉、玉葱、人参、もやし、キャベツ、きくらげ ニラ、メンマ/じゃが芋、玉葱、ピーマン、豚挽肉、チーズ	カルシウム せんべい じゃこトースト		353	

※誕生会のおやつは、次の日に提供します。

※午前おやつは未満児のみ提供します。 ※はスキムミルク、は牛乳、は手作りおやつの日。

★わかくさ中央こども園の給食では豊かな食体験がたくさんできるようにいろいろなことに取り組んでいます！

○わかくさ中央こども園の給食の特色

★園独自の献立です ★手作りおやつがたくさんです ★行事食、伝統食を取り入れて四季を楽しみます★旬の食材、地場の食材を使うよう心がけています

○わかくさ中央こども園ではこんなことをしています

☆食育活動の実施

(野菜の栽培、野菜の皮むき、クッキングなどの取り組みを計画しています) ☆給食だよりの発行(春・夏・秋・冬・年度末号)

