



4月幼児食献立表



令和8年 浦和いろは保育園

日	曜	献立名	主な材料	午前のおやつ (乳児)	3時のおやつ	栄養価
1	水	具だくさんきつねうどん インゲンの和風マヨ和え フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、油揚げ、小松菜、にんじん、大根、里芋、しめじ、だし汁、追いがつおつゆ、インゲン、コーン、卵不使用マヨネーズ、しょうゆ、バナナ、米、かつお節、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(おかか) チーズ 麦茶	エネルギー475kcal 蛋白15.9g 脂質10.0g 炭水化物78.8g 食塩3.3g
2	木	ごはん ホイコーロー ブロッコリーの中華和え ワタンスープ みかん	米、豚肉、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、黄色ピーマン、鶏がらスープの素、ブロッコリー、しょうゆ、ごま油、ワタンの皮、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、みかん、パウムクーヘン、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	パウムクーヘン 牛乳	エネルギー496kcal 蛋白13.5g 脂質17.1g 炭水化物73.6g 食塩1.7g
3	金	チキンカレー 大豆サラダ フルーツヨーグルト	米、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ、サラダ油、大豆、チーズ、きゅうり、コーン、卵不使用マヨネーズ、しょうゆ、プレーンヨーグルト、黄桃缶、卵、牛乳、ゼラチン、砂糖	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	プリン 牛乳	エネルギー558kcal 蛋白20.3g 脂質19.7g 炭水化物74.8g 食塩1.9g
4	土	わかめラーメン ほうれん草の和え物 フルーツ(バナナ)	中華麺、豚肉、わかめ、玉ねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、中華スープの素、ほうれん草、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー412kcal 蛋白17.7g 脂質10.2g 炭水化物61.7g 食塩2.0g
6	月	ごはん スペイン風オムレツ ひじきとカリフラワーのサラダ コンソメスープ りんご	米、卵、ウィンナー、ブロッコリー、にんじん、コーン、グリーンピース、じゃがいも、牛乳、ケチャップ、ひじき、大豆、カリフラワー、卵不使用マヨネーズ、キャベツ、しめじ、コンソメ、りんご缶、カレー粉、サラダ油、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	フライドポテト(カレー) 牛乳	エネルギー475kcal 蛋白17.5g 脂質13.9g 炭水化物69.7g 食塩1.6g
7	火	豚丼 キャベツの塩昆布和え もやしのみそ汁 みかん	米、豚肉、玉ねぎ、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、追いがつおつゆ、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、黄色ピーマン、昆布、もやし、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ、みかん缶、食パン、バター、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	シュガーラスク 牛乳	エネルギー489kcal 蛋白15.6g 脂質14.9g 炭水化物73.6g 食塩2.2g
8	水	ごはん 白身魚フライ ブロッコリーのサラダ 大根のすまし汁 白桃	米、タラ、小麦粉、パン粉、サラダ油、ブロッコリー、にんじん、卵不使用マヨネーズ、大根、豆腐、わかめ、ねぎ、だし汁、白桃缶、小麦粉、卵、カスタード、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	今川焼 牛乳	エネルギー520kcal 蛋白17.0g 脂質15.4g 炭水化物79.3g 食塩1.5g
9	木	パン メンチカツ カリフラワーのサラダ ポトフ フルーツヨーグルト	パン、鶏ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、サラダ油、とんかつソース、カリフラワー、にんじん、枝豆、卵不使用マヨネーズ、大根、にんじん、じゃがいも、グリーンピース、玉ねぎ、おさかなソーセージ、コンソメ、プレーンヨーグルト、りんご、米、ゆかり、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(ゆかり) チーズ 麦茶	エネルギー598kcal 蛋白18.0g 脂質19.7g 炭水化物85.8g 食塩3.2g
10	金	竹の子ごはん 豆腐ハンバーグ(春野菜あん) じゃがいもきんぴら かきたま汁 フルーツ(オレンジ)	米、竹の子、にんじん、油揚げ、グリーンピース、追いがつおつゆ、豆腐、鶏ひき肉、卵、枝豆、玉ねぎ、しょうが、菜の花、しょうゆ、みりん、だし汁、片栗粉、じゃがいも、青のり、砂糖、しめじ、しいたけ、ねぎ、オレング、道明寺粉、桜の葉、あんこ、麦茶、いちごゼリー	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	桜もち(4.5歳) 麦茶 いちごゼリー(1~3歳)	エネルギー486kcal 蛋白14.1g 脂質8.9g 炭水化物86.4g 食塩2.9g
11	土	肉うどん ブロッコリーのサラダ フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、しょうゆ、ブロッコリー、にんじん、卵不使用マヨネーズ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー385kcal 蛋白14.5g 脂質13.1g 炭水化物51.2g 食塩2.6g
13	月	お野菜たっぷりみそラーメン チンゲン菜のナムル パイナップル	中華麺、豚肉、玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、コーン、サラダ油、みそ、鶏がらスープの素、しょうゆ、チンゲン菜、もやし、白ごま、ごま油、パイナップル缶、米、わかめ、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(わかめ) チーズ 麦茶	エネルギー483kcal 蛋白17.1g 脂質9.6g 炭水化物82.6g 食塩1.8g
14	火	ポークカレー きゅうりのマヨ和え バナナヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ、サラダ油、きゅうり、コーン、卵不使用マヨネーズ、プレーンヨーグルト、バナナ、砂糖、食パン、バター、いちごパウダー、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	シュガーラスク(いちご) 牛乳	エネルギー538kcal 蛋白19.0g 脂質16.7g 炭水化物77.4g 食1.6g
15	水	ちらし寿司 ほうれん草のごま和え けんちん汁 白桃	米、レンコン、にんじん、しいたけ、カニカマ、卵、グリーンピース、酢、砂糖、しょうゆ、ほうれん草、ちくわ、豚肉、大根、里芋、豆腐、ねぎ、だし汁、しょうゆ、ごま油、白桃缶、ポップコーン(キャラメル、いちご、ココア、カレーパウダー)、煮干し、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ポップコーン いりこ 牛乳 1歳児：卵ポロ	エネルギー495kcal 蛋白20.2g 脂質13.6g 炭水化物72.2g 食塩2.7g
16	木	ごはん アジフライ ブロッコリーとベーコンのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁 みかん	米、アジ、小麦粉、パン粉、サラダ油、ブロッコリー、にんじん、ベーコン、コーン、卵不使用マヨネーズ、豆腐、わかめ、玉ねぎ、ねぎ、だし汁、みかん缶、小麦粉、バター、砂糖、卵、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	リングドーナツ 牛乳	エネルギー539kcal 蛋白18.4g 脂質17.4g 炭水化物77.7g 食塩1.8g

17	金	ごはん 照り焼きチキン インゲンのごま和え かぼちゃのみそ汁 りんご	米、鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、インゲン、にんじん、ちくわ、白ごま、かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ、だし汁、みそ、りんご缶、小麦粉、あんこ、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おまんじゅう 牛乳	エネルギー495kcal 蛋白20.2g 脂質13.6g 炭水化物72.2g 食塩2.7g
18	土	お野菜うどん インゲンの和え物 フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ほうれん草、にんじん、ねぎ、追いがつおつゆ、インゲン、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー362kcal 蛋白14.8g 脂質9.8g 炭水化物52.9g 食塩2.6g
20	月	ごはん 旨塩炒め きゅうりとわかめのサラダ お花畑サラダ パイナップル	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、黄色ピーマン、鶏がらスープの素、きゅうり、わかめ、めかぶ、追いがつおつゆ、しょうゆ、里芋、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ、パイナップル缶、マカロニ、きな粉、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	マカロニきな粉 牛乳	エネルギー458kcal 蛋白14.6g 脂質15.6g 炭水化物66.3g 食塩1.4g
21	火	★げんき献立★ 春野菜のミートスパゲティ お花畑サラダ じゃがいものスープ フルーツポンチ	スパゲッティ、鶏肉、にんじん、玉ねぎ、大豆、トマトケチャップ、トマト、トマト缶、なす、ズッキーニ、赤ピーマン、黄色ピーマン、スナップエンドウ、コンソメ、キャベツ、おさかなソーセージ、コーン、卵不使用マヨネーズ、じゃがいも、ベーコン、黄桃缶、白桃缶、みかん缶、いちご、オレンジジュース、米、青菜、しらす、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(青菜しらす) チーズ 麦茶	エネルギー570kcal 蛋白18.2g 脂質11.6g 炭水化物99.5g 食塩2.6g
22	水	ごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ お花畑サラダ ほうれん草のすまし汁 みかん	米、鶏肉、生姜、しょうゆ、小麦粉、サラダ油、マカロニ、にんじん、コーン、きゅうり、ドレッシング、マヨネーズ、ほうれん草、油揚げ、だし汁、みかん缶、フルーチェ(みかん)、牛乳、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	フルーチェ(みかん) 麦茶	エネルギー467kcal 蛋白13.9g 脂質16.1g 炭水化物66.5g 食塩1.7g
23	木	チャーハン ポークしゅうまい ブロッコリーの中華和え わかめスープ りんご	米、鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、鶏がらスープの素、豚ひき肉、生姜、シュウマイの皮、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、白ごま、ごま油、わかめ、しいたけ、りんご缶、黒ゴマペースト、ゼラチン、牛乳、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	黒ゴマプリン 麦茶	エネルギー468kcal 蛋白15.4g 脂質13.2g 炭水化物73.5g 食塩2.0g
24	金	ごはん さんまの生姜煮 里芋煮 白菜のみそ汁 白桃	米、さんま、生姜、しょうゆ、砂糖、みりん、里芋、グリーンピース、だし汁、追いがつおつゆ、白菜、にんじん、豆腐、だし汁、みそ、白桃缶、食パン、青のり、チーズ、卵不使用マヨネーズ、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	青のリチーズトースト 牛乳	エネルギー638kcal 蛋白20.7g 脂質24.5g 炭水化物82.1g 食塩2.4g
25	土	肉うどん カリフラワーのサラダ フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、しょうゆ、カリフラワー、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー354kcal 蛋白14.2g 脂質9.6g 炭水化物51.4g 食塩2.8g
27	月	ごはん 肉じゃが 白菜のポン酢和え 根菜のみそ汁 みかん	ごはん、豚肉、玉ねぎ、にんじん、インゲン、じゃがいも、しょうゆ、みりん、砂糖、追いがつおつゆ、白菜、きざみ揚げ、味噌、大根、にんじん、きざみわかめ、ねぎ、だし汁、みそ、みかん缶、りんごペースト、小麦粉、バター、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	りんごのプチケーキ 牛乳	エネルギー549kcal 蛋白21.4g 脂質11.6g 炭水化物79.5g 食塩1.8g
28	火	パン かぼちゃコロッケ カリフラワーのサラダ ミネストローネ パイナップル	パン、かぼちゃ、玉ねぎ、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、とんかつソース、カリフラワー、にんじん、ツナフレーク、卵不使用マヨネーズ、マカロニ、じゃがいも、グリーンピース、ベーコン、コーン、トマト缶、コンソメ、パイナップル缶、米、わかめ、鮭、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(鮭わかめ) チーズ 麦茶	エネルギー579kcal 蛋白13.4g 脂質17.3g 炭水化物91.9g 食塩2.5g
30	木	ごはん ハンバーグトマトソース ハムポテト 豆腐とわかめのすまし汁 りんご	米、鶏ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、トマト缶、小麦粉、パン粉、じゃがいも、ブロッコリー、ハム、カレー粉、豆腐、わかめ、ねぎ、りんご缶、小麦粉、バター、卵、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ボンデドーナツ 牛乳	エネルギー563kcal 蛋白18.5g 脂質16.0g 炭水化物86.2g 食塩2.0g

仕入れの都合により献立が多少変化することがございます。ご了承ください。

給食時とおやつ時は水分補給として麦茶を提供しています。また、麦ごはんを定期的に提供しています。
乳児では提供していない食材もあります。担任の先生にご確認ください。

