



4月のよていこんだて

2026年度



日曜日	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 水	昼食	パン 鶏肉の香草焼き ブロッコリーとツナのサラダ かぼちゃのスープ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン コーン缶、砂糖、油 油	鶏肉 ツナ缶	パセリ、バジル ブロッコリー、人参 かぼちゃ、玉ねぎ	酒、塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	お好み焼き 牛乳	小麦粉、やまいも	豚ミンチ、卵、かつお節、青のり 牛乳	キャベツ、青ねぎ	だしパック、ベーキングパウダー、ソース、塩
2 16 30 木	昼食	ごはん 魚の西京焼き 切干大根の煮物 麩とほうれん草のすまし汁	米 砂糖 砂糖、油 麩	魚、白みそ 大豆水煮、ちくわ	切干大根、人参、しいたけ、いんげん 玉ねぎ、ほうれん草	酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ごまクッキー 牛乳	小麦粉、ごま、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		
3 17 金	昼食	カレーライス 春キャベツのサラダ	米、じゃがいも、マーガリン、油 砂糖	豚肉 かにかま	玉ねぎ、人参、小松菜、にんにく、りんご、バナナ キャベツ、人参、きゅうり	カレールー、ソース、酒 酢、塩こしょう
	午後おやつ	りんごの蒸しパン 牛乳	小麦粉、砂糖、油	牛乳 牛乳	りんご	ベーキングパウダー
4 18 土	昼食	ナポリタン ポトフ	スパゲッティ、砂糖、油 じゃがいも、油	ウインナー 鶏肉	玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、人参、ブロッコリー	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
6 20 月	昼食	ごはん 鶏肉のからあげ 厚揚げと小松菜煮 キャベツのみそ汁	米 小麦粉、片栗粉、油 砂糖	鶏肉 厚揚げ ちくわ、みそ	にんにく、しょうが 小松菜 キャベツ、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ココアクリームトースト 牛乳	食パン、コーンスターチ、砂糖	牛乳 牛乳		ココア
7 21 火	昼食	ごはん 肉豆腐 新じゃがのみそ汁	米 砂糖、油 じゃがいも	豚肉、豆腐、かつお節 わかめ、みそ	玉ねぎ、ごぼう、青ねぎ 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク	牛乳		
8 22 水	昼食	パン 魚のコーンマヨ焼き ひじきのビタミンサラダ 新玉ねぎとたまごのスープ	食パン、ジャム コーン缶、マヨネーズ、小麦粉、砂糖 砂糖、油 片栗粉、油	魚 ひじき、大豆水煮 卵	パセリ 人参、ほうれん草、パプリカ 玉ねぎ、エリンギ	酒、塩こしょう しょうゆ、酢、みりん コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	青菜じゃこおにぎり 牛乳	米、砂糖、ごま油	ちりめんじゃこ 牛乳	小松菜	しょうゆ、酒
9 23 木	昼食	ごはん マカロニグラタン さつまいものみそ汁	米 マカロニ、小麦粉、マーガリン、パン粉 さつまいも	鶏肉、チーズ、スキムミルク、牛乳 みそ	玉ねぎ、ブロッコリー、しめじ 玉ねぎ、青ねぎ	コンソメ、塩こしょう だしパック、煮干し
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
10 金	昼食	豆ごはん ミニうどん 豆腐チャンプルー	米 うどん ごま油	いなりあげ、わかめ 豚肉、豆腐、かつお節	うすいえんどう キャベツ、玉ねぎ、人参、にら	塩 花かつお、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩 シャンタン、酒、塩こしょう
	午後おやつ	フルーツゼリー 牛乳	砂糖	ゼラチン 牛乳	みかん缶、桃缶、パイ缶	
11 25 土	昼食	豚丼 みそ汁 くだもの	米、麩、片栗粉、油	豚肉 みそ	玉ねぎ、パプリカ 白菜、人参、えのき くだもの	しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
13 27 月	昼食	ごはん 魚の煮つけ 青菜のごま和え 豆腐のみそ汁	米 砂糖 ごま、砂糖	魚 豆腐、わかめ、みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス、砂糖、油	卵、牛乳、豆腐 牛乳		ベーキングパウダー
14 28 火	昼食	ごはん 肉団子の中華スープ かぶのじゃこサラダ	米 春雨、油、片栗粉 砂糖、油	鶏ミンチ、鶏レバー ちりめんじゃこ	玉ねぎ、人参、白菜、もやし、しいたけ、しょうが かぶ、人参、きゅうり	シャンタン、塩こしょう しょうゆ、酢、塩こしょう
	午後おやつ	ヨーグルト くだもの		ヨーグルト	くだもの	

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

*毎週月曜日・・・礼拝 体育あそび・・・後日お知らせします

*4/4(土)空の鳥:入園式 野の百合:入園式

*4/24(金)お誕生会 メニュー:ちらしずし、チキン南蛮、春キャベツのサラダ、すまし汁、くだもの (おやつ)いちごのカップケーキ、牛乳

