

給食献立表

2026年4月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	カや体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	水	牛乳	ご飯 ツナキャベチン春巻き チョレギサラダ ふりかけスープ	アンパンマンおやさいまんじゅう	牛乳 ツナ	精白米 春巻きの皮 ごま油 いりごま	キャベツ にんじん カットわかめ レタス きゅうり 白菜 コーン缶詰	373	8.62	10.51	
2	木	牛乳	味噌ラーメン 餃子 オレンジ	ハーベスト アップル&キャロット	牛乳 ぶたひき肉	ラーメン 調合油	もやし にら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	510	13.67	14.69	
3	金	ヤクルト	豚ニラご飯 うましお胡瓜 スープ	バームクーヘン 幼児牛乳	入園式			424	14.54	13.68	
4	土	ヤクルト	たぬきうどん スティック胡瓜 オレンジ		ヤクルト 細切り蒲鉾	うどん	カットわかめ きゅうり オレンジ	421	10.30	2.07	
6	月	ヤクルト	わかめご飯 チキンリング ひじきのマヨサラダ 味噌汁	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト かたくちいわし	精白米 いりごま 親世ふ	炊き込みわかめ ひじき にんじん きゅうり コーン缶詰 たまねぎ	403	11.04	11.56	
7	火	牛乳	ご飯 鮭の西京焼き マカロニサラダ 味噌汁	パッタイ 麦茶	牛乳 生鮭 角ハム かたくちいわし 豚ばら肉 卵	精白米 三温糖 マカロニ はるさめ 調合油 上白糖	きゅうりにんじん こまつな えのきたけ たまねぎ もやしにら	436	19.28	9.84	
8	水	ヤクルト	チャーハン スマイルポテト 中華きゅうり スープ	オレンジゼリー 麦茶	ヤクルト 焼き豚 なんと 卵	調合油 ごま油 精白米 上白糖	にんじん ねぎ きゅうり カットわかめ えのきたけ コーン缶詰	446	9.53	15.55	
9	木	牛乳	チャンポンうどん 揚げシュウマイ オレンジ	バナナクレープ 麦茶	牛乳 豚小間肉 細切り蒲鉾 ホイップクリーム	うどん ごま油 調合油	にんじん たけのこ キャベツ もやしにら ねぎ オレンジ パナナ	516	14.19	14.75	
10	金	ヤクルト	ガバオライス 拌三絲 タイ風海苔スープ	かっぱえびせん 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 卵 角ハム 木綿豆腐	上白糖 精白米 はるさめ ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン きゅうりにんじん 白菜 刻みのり	436	15.07	12.75	
11	土	ヤクルト	きのこスパゲティ オレンジ スープ		ヤクルト ぶたひき肉 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ あさつき オレンジ コーン 缶詰 こまつな	430	14.59	12.00	
13	月	牛乳	ご飯 メンチカツ レタスサラダ 味噌汁	星食べよ ジョア	牛乳 かたくちいわし ジョア	精白米 調合油 親世ふ	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな えのきたけ	481	15.91	11.57	
14	火	ヤクルト	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	さやえんどう 麦茶	ヤクルト めかじき 角ハム 油揚げ かたくちいわし	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうりにんじん たまねぎ	449	16.93	13.34	
15	水	牛乳	ご飯 マーボウ豆腐 五色和え スープ	バナナ ヨーグルト	牛乳 ぶたひき肉 木綿豆腐 かつお節 ヨーグルト	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが 小松菜 もやしにんじん ぶなしめじ コーン缶詰 カットわかめ えのきたけ 白菜 パナナ	473	17.79	10.64	
16	木	ヤクルト	スパゲティマトソース オレンジ スープ	肉まん 麦茶	ヤクルト ツナ パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトカット缶 オレンジ コーン缶詰 こまつな	443	17.13	9.68	
17	金	牛乳	ハッシュドビーフ シーザーサラダ スープ	おっとっと 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 豚小間肉 パルメザンチーズ 角ハム	調合油 精白米 クルトン	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ レタス きゅうりにんじん 白菜	508	9.56	14.52	
18	土	ヤクルト	中華丼 オレンジ スープ		ヤクルト 豚小間肉 なんと	ごま油 上白糖 片栗粉 精白米	白菜 にんじん しいたけ しょうが ねぎ オレンジ カットわかめ	429	12.14	10.72	
20	月	牛乳	ご飯 コロッケ 海藻サラダ 味噌汁	焼きまんじゅう 麦茶	牛乳 油揚げ かたくちいわし	精白米 調合油	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ えのきたけ	472	11.08	11.65	
21	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 ふりかけ 味噌汁	たべっ子水族館 麦茶	ヤクルト からすかれい 卵 さつま揚げ 油揚げ かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ キャベツ たまねぎ	430	17.38	7.53	
22	水	牛乳	菜めしご飯 ボイルウィンナー 南瓜煮 味噌汁	ハッピーターン 麦茶	牛乳 ポークウィンナー 皮なしウィンナー 木綿豆腐 かたくちいわし	いりごま 精白米 三温糖	菜めし かぼちゃ なめこ ねぎ	508	15.88	18.76	
23	木	ヤクルト	野菜ラーメン 餃子 オレンジ	みそ蒸しパン 牛乳	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳	ラーメン ごま油 調合油 ホットケーキミックス 上白糖 いりごま	にんじん たけのこ キャベツ もやしにら ねぎ コーン缶詰 オレンジ	543	18.34	17.37	
24	金	ヤクルト	コーンカレーライス 福神漬 チーズサラダ スープ	堅あげポテト 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 チーズ なんと	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖 ごま油	コーン缶詰 たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ きゅうり カットわかめ えのきたけ	462	11.51	16.28	
25	土	ヤクルト	焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし パナナ 白菜 えのきたけ コーン缶詰	455	9.67	14.46	
27	月	ヤクルト	ご飯 かぼちゃひき肉フライ ツナサラダ 味噌汁	マリービスケット ココア	ヤクルト ツナ かたくちいわし 牛乳	精白米 調合油 親世ふ	レタス カットわかめ きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん	604	17.64	19.89	
28	火	ヤクルト	ご飯 タラみそバター ほうれん草とひじきの 胡麻和え 味噌汁	ソフトサラダ 幼児りんご	ヤクルト たら 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 すりごま 上白糖	ほうれん草 にんじん もやし ひじき ねぎ カットわかめ 幼児りんご	423	15.73	6.68	
30	木	牛乳	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	牛乳 なんと	うどん 調合油 いりごま 精白米	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ 炊き込み わかめ	639	15.43	9.27	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	469	14.12	12.39