



2025年 4月給食献立表



立花ひよこ保育園

	(月) 14, 28	(火) 1	(水) 2, 16, 30	(木) 3, 17	(金) 4, 18	(土) 5, 19	
昼食	鰯の香味焼き 鰯 40 生姜/にんにく 1/少々 酒/塩 1.5/1 しょうゆ/みりん スナッフえんどう 1本	春のちらしごはん 鮭/人参 20/10 コーン 5 有機米 50 菜の花 10 のり/塩 適量	かき揚げ あみえび 1 菜の花 8 新玉ねぎ 25 人参/さつま芋 15/20 薄力粉 10 塩/こめ油 少々/5	鶏じゃが 新じゃがが芋 40 鶏肉 30 えんどう豆 5 人参/新玉ねぎ 15 しょうゆ/みりん 2/1 酒/砂糖 1/0.5	ポークビーンズ 豚肉/人参 10 大豆 10 新玉ねぎ 25 新じゃがが芋 25 いんげん 5 ケチャップ 3 トマトピューレ 3 砂糖/コンソメ 2/適量	中華丼 有機米 50 豚肉 20 白菜 20 人参/新玉ねぎ 10 チンゲン菜 10 生椎茸 5 しょうゆ 2 塩/しょうゆ 少々 片栗粉 1 ごま油 0.5	
	切干大根の炒り煮 切干大根 4 人参 8 干し椎茸 0.3 こんにゃく 6 うすあげ 5 しょうゆ/砂糖 3/1 みりん/こめ油 1	ひじきの炒り煮 ひじき 3 人参/新ごぼう 8 糸こんにゃく 8 うすあげ 5 スナッフえんどう 3 しょうゆ/砂糖 3/1	磯和え 小松菜 25 チンゲン菜 20 えのき 20 のり 適量 しょうゆ 2	生わかめのサラダ 生わかめ 10 人参/ツナ 10/5 きゅうり 20 豆乳マヨネーズ 4	春雨サラダ 春雨 6 春キャベツ 15 人参/ハム 8/3 ほうれん草 15 酢/しょうゆ 2/1 ごま油/ごま 1	みそ汁 白菜 10 もやし 10 小麦みそ 5	みそ汁 わかめ 0.5 えのき 10 小麦みそ 4
	みそ汁 キャベツ 15 麩 1 小麦みそ 5	豚汁 大根/人参 15/5 豆腐 10 生椎茸 5 豚肉/新じゃがが芋 10 もやし 8 青ねぎ 2 小麦みそ 4	若竹汁 筍 5 生わかめ 3 しょうゆ/塩 1/0.1	みそ汁 えのき 15 小松菜 10 小麦みそ 5	みそ汁 えのき 15 小松菜 10 小麦みそ 5	みそ汁 えのき 15 小松菜 10 小麦みそ 5	みそ汁 わかめ 0.5 えのき 10 小麦みそ 4
	ごはん 有機米 50	ごはん 有機米 50	五穀ごはん 五穀米 適量 有機米 50	五穀ごはん 五穀米 適量 有機米 45	ごはん 有機米 50	ごはん 有機米 50	ごはん 有機米 50
	おやつ 恐竜の卵 白玉粉 15 上新粉 5 黒砂糖/こめ油 5/2 B. P 0.5	紅白蒸しパン 薄力粉/いちご 25/5 砂糖/牛乳 5/15 B. P 0.5	マカロニきな粉 マカロニ 15 砂糖 3 きな粉 4	おからドーナツ 薄力粉 20 B.P 0.5 おから 10 砂糖/こめ油 5	しらす青のりおにぎり 有機米 30 しらす干し 2 青のり 適量 塩 少々	自然食品菓子 菓子 1	自然食品菓子 菓子 1
	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳
	(月) 7, 21	(火) 8, 22	(水) 9, (火) 15	(木) 10, 24	(金) 11, 25	(土) 12, 26	
昼食	肉じゃが 牛肉 15 新じゃがが芋 40 玉ねぎ/人参 30/15 糸こんにゃく 20 いんげん 5 しょうゆ/みりん 2/1 砂糖/こめ油 1	豚肉と玉ねぎの梅干し煮 豚肉 30 玉ねぎ 50 人参 15 いんげん 5 梅干し/しょうゆ 2 酒/砂糖 1	チキンスペアリブ 鶏手羽中 2本 しょうゆ 2 砂糖 1 オイスターソース 1 にんにく/生姜 0.5 塩/しょうゆ 少々 人参 15	マーボー豆腐 豚ミンチ 20 豆腐 40 えんどう豆 3 えのき/長ねぎ 15/10 にんにく/生姜 少々 赤みそ/みりん 3/1 オイスターソース/しょうゆ 1/2	鮭フライ 鮭 40 塩/しょうゆ 少々 薄力粉/パン粉 3/8 こめ油 5 新じゃがが芋 15	ツナの炊き込みごはん 有機米 50 ツナ 20 大根/椎茸 10/3 人参 5 水菜 5 しょうゆ 2 みりん 1 塩 少々	
	プロッコリーのおかか和え プロッコリー 50 かつお節 0.3 しょうゆ 1	ほうれん草のツナ和え ほうれん草 30 小松菜/人参 20/10 コーン/ツナ 5/10 しょうゆ/塩 1.5/少々	マカロニサラダ マカロニ 10 コーン/人参 10/5 春キャベツ 10 プロッコリー 10 豆乳マヨネーズ 5 塩 少々	キャベツのナムル キャベツ 40 もやし 15 人参/わかめ 10/0.1 ごま/ごま油 1 しょうゆ/塩 1/0.2	ツナマヨネーズ ツナ 40 マヨネーズ 10 しょうゆ 10 豆乳マヨネーズ 4	粉ふき芋 じゃがが芋 50 青のり/塩 適量/少々	
	みそ汁 えのき 20 わかめ 0.1 小麦みそ 4	みそ汁 長芋 20 もすく 10 小麦みそ 4	みそ汁 ほうれん草 15 麩/しめじ 1/5 小麦みそ 5	ずまし汁 大根 20 チンゲン菜 10 しょうゆ/塩 1/0.1	春雨スープ 春雨/ハム 3 新玉ねぎ 10 ほうれん草 5 コンソメ 適量 塩/しょうゆ 0.1/1	みそ汁 小松菜 10 わかめ 0.1 小麦みそ 4	
	ごはん 有機米 55	ごはん 有機米 50	ごはん 有機米 50	五穀ごはん 五穀米 適量 有機米 50	ごはん 有機米 50	ごはん 有機米 50	
	おやつ 麩のラスク 麩 5 砂糖 3 バター 5 青のり 少々	桜もち 上新粉 20 8日小豆 10 (ホットケーキ) 桜の葉塩漬け 1枚 いちご/砂糖 5/8	昆布おにぎり 昆布 30 おにぎり 2 塩 0.1	ポテトフライ 新じゃがが芋 60 青のり 適量 塩/こめ油 少々/3	ヨーグルトパン 強力粉 20 ヨーグルト 15 砂糖/こめ油 3.5 B.P 0.5 セミノール	自然食品菓子 菓子 1	
	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	

*分量は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 *果物は、入荷時期などによって変更があります。
 *五穀ごはんに入っている五穀(もちぎび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス)は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。
 *23日(水)の昼食は、ノルマンディ(つけ合わせ 春雨)・ポテトサラダ・みそ汁(大根とキャベツ)・五穀ごはんのリクエストになります。おやつは、昆布おにぎり・いちご です。