



【令和7年度】  
**4月の献立** (1~15日)  
 【豊北きらきらこども園】



| 日曜   | 献立名                             | 材 料 名   | 10時のおやつ<br>(海・風組) | 3時の手作りおやつ<br>(全 員)               | カロリー |
|------|---------------------------------|---|-------------------|----------------------------------|------|
| 1 火  | 炒り豆腐<br>キャベツと小松菜のごま和え           | 鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 豆腐 さつま揚げ 卵<br>板かま グリンピース 油 砂糖 しょうゆ<br>キャベツ 小松菜 ごま 砂糖 しょうゆ   | りんご<br>クッキー       | サイコロラスク<br>(食パン バター 砂糖 牛乳)       | 377  |
| 2 水  | チキンフライ<br>タルタルソースかけ<br>野菜の付け合わせ | 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 油 玉葱 卵 マヨネーズ<br>キャベツ 人参 ブロッコリー                                 | ウェハース             | ミルク餅<br>(牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖)          | 397  |
| 3 木  | 筑前煮<br>菜の花和え                    | 鶏肉 大根 人参 里芋 れんこん ごぼう こんにやく<br>さつま揚げ 生揚げ 砂糖 しょうゆ 油<br>小松菜 キャベツ コーン ツナ缶 マヨネーズ | オレンジ<br>ソフトビス     | 豆腐ドーナツ<br>(小麦粉 豆腐 砂糖 油)          | 365  |
| 4 金  | 千草焼<br>キャベツの昆布和え                | 鶏ミンチ 玉葱 人参 グリンピース 卵 砂糖<br>キャベツ 人参 塩昆布                                       | せんべい              | 雪の宿                              | 292  |
| 5 土  | <b>【入園・進級の集い】</b>               |   |                   |                                  |      |
| 7 月  | クリームシチュー<br>ごま和え                | 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 シチュールー 牛乳<br>小松菜 人参 キャベツ もやし 生揚げ ごま しょうゆ                   | りんご<br>クッキー       | ジャムサンド<br>(食パン 苺ジャム マーガリン)       | 402  |
| 8 火  | 魚のかば焼き<br>ポテトサラダ                | 魚 砂糖 しょうゆ 生姜 小麦粉<br>じゃが芋 人参 胡瓜 キャベツ プレスハム コーン<br>みかん缶 マヨネーズ                 | スティックパン           | ミレービスケット                         | 322  |
| 9 水  | おからコロッケ<br>酢物                   | 鶏ミンチ おから 玉葱 人参 じゃが芋 小麦粉 卵<br>パン粉 油<br>キャベツ 人参 胡瓜 若布 板かま ごま 砂糖 酢             | オレンジ<br>ソフトビス     | カスタードプリン<br>(卵 牛乳 砂糖)            | 367  |
| 10 木 | チキンピカタ<br>ひじきの煮物                | 鶏肉 小麦粉 卵 油<br>ひじき 人参 鶏肉 こんにやく 油揚げ 干し椎茸<br>板かま 砂糖 しょうゆ 油                     | せんべい              | キャラメルコーン                         | 313  |
| 11 金 | 豆腐の真砂揚げ<br>ごま和え                 | 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 むきえび しらす干し 卵<br>片栗粉 油<br>キャベツ 胡瓜 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ                | クッキー              | 【非常食】<br>ビスコ                     | 369  |
| 12 土 | スパゲティ<br>法連草ソテー<br>ゆで卵          | スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 油<br>ケチャップ 法連草 もやし バター<br>卵                        | バナナ               | りんごジュース<br>せんべい                  | 300  |
| 14 月 | 含め煮<br>しらす和え                    | 鶏肉 れんこん ごぼう 人参 里芋 干し椎茸 生揚げ<br>板かま こんにやく 砂糖 しょうゆ<br>キャベツ 人参 しらす干し 砂糖 しょうゆ    | りんご<br>クッキー       | パンプディング<br>(食パン 卵 牛乳 砂糖)         | 332  |
| 15 火 | フィッシュハンバーグ<br>かみかみサラダ           | えそミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 豆腐 生姜 卵<br>パン粉 油 ケチャップ<br>キャベツ 胡瓜 人参 春雨 さきいか 酢 砂糖 ごま油      | せんべい              | フルーツ寒天<br>(寒天 桃缶 みかん缶<br>バナナ 砂糖) | 302  |



- 全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)
- 海・風組 10時のおやつに + 牛乳

