



【令和7年度】

# 4月の献立 (16~30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 (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー
16 水	洋風卵とじ お浸し	鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 豆腐 卵 ピーマン 砂糖 しょうゆ 油 小松菜 もやし かつお節 砂糖 しょうゆ	スティックパン	バウムクーヘン	377
17 木	えびと野菜のかき揚げ 生揚げの甘辛煮	むきえび 玉葱 人参 さつま芋 コーン グリンピース 卵 小麦粉 油 生揚げ 生姜 ごま 砂糖 しょうゆ	オレンジ ソフトビス	お麩のふ〜ちゃん (麩 バター 砂糖)	397
18 金	五目卵焼き スパゲティサラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 ピーマン コーン 砂糖 スパゲティ 胡瓜 人参 キャベツ プレスハム マヨネーズ	ウェハース	苺ポッキー	365
19 土	カレー ごま和え	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールー 油 小松菜 キャベツ 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ	バナナ	りんごジュース クッキー	292
21 月	八宝菜 南瓜サラダ	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし 筍 木耳 いか 生揚げ 板かま ピーマン コンソメ 油 南瓜 胡瓜 ブロッコリー 玉葱 プレスハム マヨネーズ	りんご クッキー	ホットドック (バターロール 魚肉ソーセージ キャベツ チーズ ケチャップ)	402
22 火	生揚げと野菜の煮物 胡瓜のごま和え	生揚げ 鶏肉 大根 人参 里芋 干し椎茸 砂糖 醤油 胡瓜 キャベツ 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ	スティックパン	ハッピーターン	322
23 水	魚のフライ ひじき入り酢物	魚 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ 胡瓜 ひじき 卵 プレスハム 酢 砂糖	オレンジ ソフトビス	大豆のブラウニー (小麦粉 ココア 板チョコ 卵 大豆 バター おから レーズン)	367
24 木	酢豚 ごま和え	豚肉 生姜 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 玉葱 人参 じゃが芋 筍 木耳 パイン缶 ピーマン ケチャップ 酢 小松菜 もやし ごま 砂糖 しょうゆ	せんべい	フルーツヨーグルト (ヨーグルト りんご バナナ みかん缶)	313
25 金	五目豆 ブロッコリーの マヨネーズ焼き	鶏肉 人参 里芋 れんこん こんにゃく 大豆 ごぼう 生揚げ 竹輪 昆布 干し椎茸 砂糖 しょうゆ 油 ブロッコリー マヨネーズ	ウェハース	チョコスコーン (小麦粉 板チョコ 油 卵 砂糖)	404
26 土	焼きそば ゆで卵 粉吹き芋	豚肉 人参 玉葱 もやし キャベツ 板かま 葱 油 焼きそば麺 ソース 卵 じゃが芋	バナナ	りんごジュース クッキー	326
28 月	肉団子スープ マカロニサラダ	鶏ミンチ 生姜 卵 人参 玉葱 干し椎茸 豆腐 春雨 小松菜 コンソメ マカロニ キャベツ 人参 じゃが芋 胡瓜 プレスハム マヨネーズ	りんご クッキー	きな粉パン (バターロール 油 きな粉 砂糖)	419
30 水	ささ身のクラッカー揚げ 中華風酢物	鶏ささ身 生姜 砂糖 しょうゆ 小麦粉 卵 クラッカー 春雨 胡瓜 人参 キャベツ プレスハム 卵 ごま 酢	せんべい	ショコラ寒天 (寒天 ココア 牛乳 砂糖)	371



●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

