



【令和8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 木	洋風卵とじ お浸し	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 じゃが芋 卵 豆腐 砂糖 しょうゆ 油 小松菜 もやし 人参 かつお節 砂糖 しょうゆ	オレンジ ソフトビス	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)	379
17 金	五目豆 ブロッコリーの マヨネーズ焼き	鶏肉 玉葱 人参 こんにゃく ごぼう 里芋 れんこん 竹輪 大豆 干し椎茸 生揚げ 砂糖 しょうゆ 油 ブロッコリー マヨネーズ レモン	スティックパン	カルピスケーキ (カルピス ヨーグルト 小麦粉 卵 バター 砂糖)	388
18 土	焼きそば 菜の花和え	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ 焼きそば麺 葱 板かま 油 ソース 小松菜 キャベツ コーン ツナ缶 ヨーグルト マヨネーズ	バナナ	リンゴジュース クッキー	365
20 月	五目卵焼き ミックスサラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン コーン 卵 砂糖 じゃが芋 人参 胡瓜 マカロニ キャベツ プレスハム マヨネーズ	せんべい	ミルクドーナツ (牛乳 小麦粉 砂糖 B.P 油)	424
21 火	えびと野菜のかき揚げ キャベツの酢物	えび 玉葱 人参 さつま芋 コーン グリンピース 卵 小麦粉 油 キャベツ 人参 胡瓜 若布 板かま ごま 酢 砂糖	りんご クッキー	南瓜プリン (南瓜 牛乳 粉ゼラチン 砂糖)	374
22 水	肉団子スープ ししゃも	鶏ミンチ 生姜 卵 玉葱 人参 じゃが芋 干し椎茸 小松菜 豆腐 春雨 コンソメ 油 ししゃも	オレンジ ソフトビス	ラスク (フランスパン バター 砂糖)	380
23 木	生揚げと野菜の旨煮 胡瓜のごま和え	鶏肉 生揚げ 人参 大根 里芋 干し椎茸 砂糖 醤油 胡瓜 キャベツ 竹輪 砂糖 しょうゆ	ウエハース	フルーツケーキ (小麦粉 卵 りんご バナナ 砂糖 バター)	332
24 金	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 人参 胡瓜 干しひじき 卵 プレスハム 酢 砂糖	クッキー	フレンチトースト (食パン 卵 牛乳 バター 砂糖)	366
25 土	スパゲティ 小松菜ソテー ゆで卵	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン ケチャップ 粉チーズ 油 小松菜 バター 卵	バナナ	リンゴジュース せんべい	355
27 月	フィッシュハンバーグ かみかみサラダ	えそミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 生姜 豆腐 パン粉 卵 油 ケチャップ キャベツ 胡瓜 人参 さきいか 春雨 砂糖 酢 ごま油	りんご クッキー	きな粉パン (バターロール 油 きな粉 砂糖)	383
28 火	八宝菜 南瓜サラダ	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ いか 生揚げ 筍 板かま 木耳 ピーマン コンソメ 片栗粉 南瓜 胡瓜 玉葱 ブロッコリー プレスハム マヨネーズ	せんべい	総菜パン (小麦粉 牛乳 コーン チーズ 卵 ハム マヨネーズ ケチャップ)	449
30 木	チキンピカタ ひじきの煮物	鶏肉 小麦粉 卵 油 鶏肉 干しひじき さつま揚げ れんこん ごぼう 人参 油揚げ こんにゃく 干し椎茸 大豆 砂糖 しょうゆ 油	オレンジ ソフトビス	ショコラ寒天 (ココア 牛乳 砂糖 寒天)	335

