

2026年度4月 献立予定表（完了食）

ニチキッズこくふ

| 日付 | 献立名 | 材料名 | 午前おやつ | エネルギー たんぱく質 脂質 |
|----------------------|---|---|----------------------|----------------------|
| | | | 午後おやつ | |
| 1 15 (水) | ご飯 ほうれんそうのおみそ汁 さわらのオーロラソース ブロッコリーのおかかサラダ オレンジ | 牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、みそ/さわら、食塩、米粉、油、ケチャップ、ノンエッグマヨネーズ/ブロッコリー、にんじん、スナップえんどう、コーン（冷凍）、しょうゆ、かつお節/オレンジ/牛乳/ヨーグルト（無糖）、玄米フレーク、りんご、砂糖/お子様せんべい | 牛乳 | 424 kcal |
| | | | ビスケット | 19.4 g |
| | | | 牛乳 りんごヨーグルト・おせんべい | 12.7 g |
| 2 16 30 (木) | しらすチャーハン さつまいものおみそ汁 はるさめサラダ バナナ | 牛乳/クラッカー/米、ごま油、たまねぎ、しらす干し、コーン（冷凍）、こまつな、しょうゆ、かつお節/かつおだし汁、さつまいも、えのきたけ、カットわかめ、みそ/はるさめ、鶏ささ身、にんじん、きゅうり、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、ごま/バナナ/牛乳/食パン、いちごジャム | 牛乳 | 430 kcal |
| | | | クラッカー | 16.9 g |
| | | | 牛乳 いちごジャムサンド | 9.8 g |
| 3 17 (金) | ご飯 はくさいのおみそ汁 鶏とだいこんの甘辛煮 ベイクトポテト バナナ | 牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、はくさい、にんじん、ねぎ、みそ/油、おろししょうが、鶏もも肉、だいこん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ/じゃがいも、いんげん、食塩、カレー粉、片栗粉、油/バナナ/牛乳/卵、砂糖、油、小麦粉、ベーキングパウダー、油 | 牛乳 | 462 kcal |
| | | | おせんべい | 18.2 g |
| | | | 牛乳 サータアンダギー | 14.9 g |
| 4 18 (土) | ご飯 さつまいものおみそ汁 さけのコーンマヨ焼き ポパイソテー 煮りんご | 牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、さつまいも、もやし、油揚げ、みそ/さけ、食塩、米粉、クリームコーン缶、ノンエッグマヨネーズ、パセリ粉/油、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、しめじ、しょうゆ/りんご/牛乳/米、カルシウムふりかけ ゆかり | 牛乳 | 446 kcal |
| | | | ウエハース | 19.0 g |
| | | | 牛乳 ゆかりおにぎり | 10.6 g |
| 6 20 (月) | ご飯 ジュリエンスープ のり塩から揚げ うまっコリー バナナ | 牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、ピーマン、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ケチャップ、砂糖、食塩/鶏もも肉、おろしにんにく、おろししょうが、食塩、鶏がらスープの素、水、あおのり、片栗粉、油/ブロッコリー、カリフラワー、コーン（冷凍）、しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、かつお節/バナナ/牛乳/クラッカー、きな粉、砂糖、牛乳 | 牛乳 | 457 kcal |
| | | | ビスケット | 20.6 g |
| | | | 牛乳 きなこクリームクラッカー | 14.0 g |
| 7 21 (火) | ゆかりご飯 こまつなのおみそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のうま煮 オレンジ | 牛乳/カルテツウエハース/米、カルシウムふりかけ ゆかり/かつおだし汁、こまつな、たまねぎ、じゃがいも、みそ/さば、食塩/切り干しだいこん、さといも、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、さやえんどう/オレンジ/牛乳/干しうどん、かつおだし汁、たまねぎ、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、みりん、カレー粉、片栗粉 | 牛乳 | 448 kcal |
| | | | ウエハース | 20.1 g |
| | | | 牛乳 ツナカレーうどん | 14.1 g |
| 8 22 (水) | ご飯 豆腐のおみそ汁 肉じゃが キャベツの塩ごま和え 煮りんご | 牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、絹ごし豆腐、ねぎ、カットわかめ、みそ/油、豚肉（肩ロース）、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース（冷凍）/キャベツ、コーン（冷凍）、食塩、ごま/りんご/牛乳/油、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、バナナ | 牛乳 | 436 kcal |
| | | | クラッカー | 16.0 g |
| | | | 牛乳 バナナホットケーキ | 13.8 g |
| 9 23 (木) | チキンカレー こまつなのおみそ汁 ポイルブロッコリー バナナ | 牛乳/お子様せんべい/米、油、たまねぎ、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、かつお・昆布だし汁、ホールトマト缶詰、りんご、ウスターソース、食塩、カレー粉、米粉、水/かつお・昆布だし汁、こまつな、もやし、みそ/ブロッコリー、ノンエッグマヨネーズ/バナナ/牛乳/無塩バター、たまねぎ、小麦粉、牛乳、食塩、ベーコン、とろけるチーズ、マカロニ、パセリ粉 | 牛乳 | 448 kcal |
| | | | おせんべい | 20.0 g |
| | | | 牛乳 マッケンチーズ | 13.3 g |
| 10 24 (金) | ご飯 若竹汁 さけのちゃんちゃん焼き 大根ときゅうりののり酢和え オレンジ | 牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、たけのこ、カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、食塩/さけ、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、砂糖、みそ、みりん/だいこん、きゅうり、食塩、砂糖、酢、のり/オレンジ/牛乳/食パン、しらす干し、ノンエッグマヨネーズ、とろけるチーズ、あおのり | 牛乳 | 414 kcal |
| | | | ウエハース | 20.8 g |
| | | | 牛乳 しらすチーストースト | 11.9 g |
| 11 25 (土) | ご飯 ブロッコリーのスープ BBQチキン こまつな和え物 バナナ | 牛乳/ビスケット/米/水、鶏がらスープの素、ブロッコリー、じゃがいも、たまねぎ/鶏もも肉、おろししょうが、砂糖、ウスターソース、ケチャップ/こまつな、にんじん、もやし、コーン（冷凍）、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、小麦粉、玄米フレーク | 牛乳 | 443 kcal |
| | | | ビスケット | 17.8 g |
| | | | 牛乳 玄米フレーククッキー | 14.3 g |
| 13 27 (月) | ハヤシライス キャベツのスープ まめサラダ バナナ | 牛乳/お子様せんべい/米、油、たまねぎ、豚肉（もも）、米粉、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、ホールトマト缶詰、ケチャップ、中濃ソース、食塩/かつお・昆布だし汁、キャベツ、にんじん、もやし、しょうゆ、食塩/だいず水煮缶詰、さつまいも、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、すりごま/バナナ/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、いちごジャム | 牛乳 | 462 kcal |
| | | | おせんべい | 18.2 g |
| | | | 牛乳 いちご蒸しパン | 14.9 g |
| 14 28 (火) | ご飯 炒めごぼうのおみそ汁 鶏肉のおろし焼き ピーマンのツナ和え バナナ | 牛乳/カルテツウエハース/米/ごま油、ごぼう、たまねぎ、にら、かつおだし汁、みそ/鶏もも肉、だいこん、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん/ピーマン、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、食塩、酢、油/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 | 牛乳 | 428 kcal |
| | | | ウエハース | 20.2 g |
| | | | 牛乳 マカロニきな粉 | 11.8 g |

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎完了期食は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。



| 4月平均栄養量 | |
|----------|--|
| 441 kcal | |
| 18.8 g | |
| 12.7 g | |