給 食 ・おやつ 献 立 表

令和７年　４月分

第二和光園

	献立名	材料名				おやつ
		力や熱になる	からだをつくる	体の調子を整える	調味料	
1 （火）	ご飯 鰆の照り焼き 切り干し大根のサラダ 味噌汁	米 砂糖 砂糖、ごま さつまいも	鰆 ハム わかめ、味噌	切り干し大根、人参、きゅうり 玉ねぎ、青ねぎ	醤油、酒、みりん 酢、醤油	きなこマカロニ 牛乳
		マカロニ、砂糖	きなこ、牛乳			
2 （水）	ご飯 肉じゃが きゅうりとツナの中華和え 味噌汁	米 じゃがいも、砂糖 砂糖、ごま、ごま油	豚肉 ツナ水煮 うすあげ、味噌	人参、玉ねぎ、うすいえんどう、糸こんにゃく きゅうり 大根、えのき、青ねぎ	醤油、酒、みりん 醤油	コーンフレークおこし 牛乳
		コーンフレーク、マーガリン、マシュマロ	牛乳			
3 （木）	ご飯 春雨の炒め物 わかめスープ みかん缶	米 緑豆春雨、砂糖、ごま油	豚肉 ソフト豆腐、わかめ	人参、玉ねぎ、白菜、にら、生姜 玉ねぎ、青ねぎ みかん缶	酒、醤油、みりん ガラスープ、醤油、みりん	大学芋 牛乳
		さつまいも、油、砂糖、ごま	牛乳		醤油、みりん、酢	
4 （金）	わかめラーメン ちりめんサラダ バナナ	中華そば、ごま油 砂糖	豚ミンチ、わかめ ちりめん	人参、もやし、コーン、青ねぎ 人参、キャベツ バナナ	ガラスープ、醤油、みりん、塩 酢、醤油	ヨーグルト ほうれん草クッキー お茶
		小麦粉、無塩バター、砂糖	卵、ヨーグルト	ほうれん草		
5（土）	入園式					
7 （月）	ご飯 鶏の香味焼き ごぼうサラダ 味噌汁	米 砂糖 砂糖、マヨネーズ、ごま	鶏肉 わかめ、味噌	にんにく、生姜 ごぼう、人参、きゅうり 白菜、玉ねぎ	青ねぎ、醤油、みりん 醤油	いちごクリーム サンド 牛乳
		サンドイッチパン	豆乳ホイップ、牛乳		いちごジャム	
8 （火）	ご飯 ミートローフ マセドアンサラダ 味噌汁	米 パン粉 じゃがいも、砂糖	合い挽きミンチ、卵、牛乳 味噌	玉ねぎ 人参、きゅうり、コーン 南瓜、しめじ、青ねぎ	塩、ケチャップ、とんかつソース 酢、醤油	メロンパン風 スコーン 牛乳
		ホットケーキ粉、砂糖、無塩バター	牛乳			
9 （水）	ご飯 豚肉のバーベキューソテー ほうれん草のツナサラダ 味噌汁	米 砂糖、油 砂糖、ごま油	豚肉 ツナ水煮 ソフト豆腐、わかめ、味噌	人参、玉ねぎ、ピーマン、生姜、にんにく 人参、ほうれん草 玉ねぎ、青ねぎ	醤油、みりん、塩 酢、醤油	青のりのじゃが丸 牛乳
		じゃがいも、片栗粉、油	青のり、ちりめんじゃこ、牛乳		塩	
10 （木）	カレーライス フレンチサラダ オレンジ	米、じゃがいも、油 砂糖	豚肉	人参、玉ねぎ キャベツ、人参、きゅうり オレンジ	カレールゥ 酢、塩	みそ蒸しパン 牛乳
		米粉、砂糖、油	豆乳、味噌、牛乳		ベーキングパウダー	
11 （金）	けんちんうどん 五色和え バナナ	うどん、砂糖 砂糖	鶏肉、木綿豆腐 かつお節	人参、大根、白葱 小松菜、人参、もやし、しめじ、コーン バナナ	醤油、みりん、塩 醤油	塩昆布のおにぎり スキムミルク
		米、ごま	塩昆布、スキムミルク			
12（土）	お弁当日					
14 （月）	ご飯 豚肉の生姜炒め もやしのごま酢和え 味噌汁	米 砂糖、油 砂糖、ごま	豚肉 うすあげ わかめ、味噌	生姜、玉ねぎ もやし、人参、きゅうり 白菜、玉ねぎ、青ねぎ	醤油、酒、みりん、塩 酢、醤油	小松菜の蒸しパン スキムミルク
		小麦粉、砂糖、油	卵、ヨーグルト、スキムミルク	小松菜	ベーキングパウダー	

※仕入れの都合により、変更することがあります。

※4 日:5 才クラス　いちごジャムを作っておやつで食べます。材料:いちご、砂糖、レモン（果汁）