



# 4月の献立表

北平田保育園  
令和8年 3月 23日(月)

|                |  | 1日(水)  | 2日(木)  | 3日(金)<br>✿入園式✿   | 4日(土)  |                                      |
|----------------|--|--|--|--|--|--------------------------------------|
|                | 午前おやつ<br>(未満児)   | デコポン   | ヤクルト   | ビスコ<br>麦茶  |  |                                      |
|                | 昼食   | ミートローフ<br>ツナサラダ<br>みそ汁<br>(もやし・椎茸・焼き麩)<br>バナナ            | 🍙ご飯・デコポン<br>🐟鮭の醤油漬け焼き<br>五目きんぴら<br>みそ汁<br>(じゃが芋・ほうれん草・えのき) | コーンシチュー<br>ハムサラダ<br>ふりかけ<br>野菜ジュース<br>バナナ              | 五目あんかけ<br>みそ汁(焼き麩)<br>バナナ  |                                      |
|                | 午後おやつ  | ★わかめおにぎり<br>麦茶   | ★フルーチェ   | ぱりんこ<br>ジョア  | お菓子<br>牛乳  |                                      |
|                | 栄養価  | E:366 P:17.1 F:21.8<br>C:56.1 食塩:2.0                     | E:354 P:19.8 F:16.9<br>C:20.2 食塩:2.3                       | E:346 P:14.9 F:16.3<br>C:39.9 食塩:1.7                   | E:267 P:14.5 F:9.8<br>C:33.4 食塩:1.2  |                                      |
|                | 6日(月)<br>入園進級おめでとう会                                    | 7日(火)<br>保護者会三役会   | 8日(水)<br>役員開票(以上児)   | 9日(木)<br>避難訓練  | 10日(金)<br>役員開票(未満児)  | 11日(土)                               |
| 午前おやつ<br>(未満児) | オレンジ   | バナナ  | デコポン   | りんごジュース  | 粉ふき芋<br>麦茶   |                                      |
| 昼食             | 🍷ナポリタン<br>野菜スープ<br>フルーツヨーグルト                           | 塩からあげ<br>しらすサラダ<br>みそ汁(わかめ・豆腐)<br>オレンジ                   | ポークカレー<br>和え物<br>ジョア<br>バナナ                                | 筑前煮<br>ごま和え<br>のり佃煮<br>みそ汁(しめじ・焼き麩・葱)<br>オレンジ          | 🐟さばのごま衣焼き<br>ひじきの炒め煮<br>みそ汁<br>(厚揚げ・椎茸・チンゲン菜)<br>デコポン  | 麻婆豆腐<br>みそ汁(わかめ)<br>バナナ              |
| 午後おやつ          | プリン  | ★チーズ蒸しパン<br>牛乳   | ★クッキー<br>麦茶  | ★シュガートースト<br>牛乳  | サッポロポテト<br>ぶどうジュース   | お菓子<br>牛乳                            |
| 栄養価            | E:482 P:14.7 F:18.6<br>C:69.7 食塩:2.9                   | E:392 P:21.8 F:15.5<br>C:47.9 食塩:2.5                     | E:362 P:16.9 F:17.5<br>C:35.4 食塩:2.3                       | E:355 P:12.0 F:14.3<br>C:26.8 食塩:1.8                   | E:460 P:21.4 F:23.2<br>C:47.4 食塩:1.7   | E:386 P:19.5 F:21.3<br>C:31.2 食塩:1.6 |
|                | 13日(月)   | 14日(火)   | 15日(水)<br>誕生会  | 16日(木)   | 17日(金)<br>保護者会役員会  | 18日(土)                               |
| 午前おやつ<br>(未満児) | オレンジ   | ジュースフルーツ   | ヤクルト   | バナナ  | ビスケット<br>麦茶  |                                      |
| 昼食             | 豚キャベツのみそ炒め<br>ビーフソテー<br>すまし汁<br>(豆腐・えのき・葱)<br>ジュースフルーツ | 鶏肉のマーマレード焼き<br>しょうゆフレンチ<br>みそ汁<br>(もやし・しめじ・薄揚げ)<br>バナナ   | 🍜五目ラーメン<br>ゼリーアラモード  | 🐟赤魚の甘辛揚げ<br>切り干し大根煮<br>みそ汁<br>(小松菜・玉葱)<br>ソファール        | 肉じゃが<br>おおか和え<br>チーズ納豆<br>みそ汁(厚揚げ・えのき・葱)<br>オレンジ   | 焼肉丼<br>みそ汁(焼き麩)<br>バナナ               |
| 午後おやつ          | バームクーヘン<br>牛乳  | ★お好み焼き<br>牛乳   | ★ケーキ<br>麦茶   | ★チャーハンおにぎり<br>麦茶                                       | 星たべよ<br>ジョア  | お菓子<br>牛乳                            |
| 栄養価            | E:322 P:17.1 F:9.6<br>C:43.3 食塩:1.8                    | E:298 P:17.9 F:9.9<br>C:38.5 食塩:2.1                      | E:439 P:12.3 F:15.1<br>C:64.4 食塩:1.8                       | E:413 P:24.1 F:18.9<br>C:41.8 食塩:3.3                   | E:540 P:24.0 F:25.7<br>C:60.6 食塩:1.9   | E:334 P:12.9 F:15.7<br>C:38.1 食塩:1.3 |
|                | 20日(月)   | 21日(火)   | 22日(水)   | 23日(木)   | 24日(金)<br>交通安全教室入会式・バス代振替日   | 25日(土)                               |
| 午前おやつ<br>(未満児) | バナナ  | ジュースフルーツ   | ぶどうジュース  | オレンジ   | かぼちゃの甘煮<br>麦茶  |                                      |
| 昼食             | 鶏肉のトマト煮<br>春野菜ソテー<br>オニオンスープ<br>ジュースフルーツ               | コーンコロケ<br>コールスロー<br>みそ汁<br>(薄揚げ・わかめ・チンゲン菜)<br>ふりかけ・ソファール | 🍙わかめご飯<br>五目卵焼き<br>お浸し<br>なめこ汁<br>バナナ                      | 🐟鮭のムニエル<br>ジャーマンポテト<br>みそ汁<br>(小松菜・椎茸・焼き麩)<br>ジュースフルーツ | 蒸し鶏香味だれ<br>磯香和え<br>たけのこスープ<br>オレンジ   | ポークカレー<br>牛乳<br>バナナ                  |
| 午後おやつ          | マリービスケット<br>牛乳   | ★フルーツポンチ   | ★ピザトースト<br>牛乳  | ★ホットケーキ<br>牛乳  | かっぱえびせん<br>りんごジュース   | お菓子<br>ジュース                          |
| 栄養価            | E:357 P:15.3 F:19.6<br>C:35.5 食塩:2.1                   | E:252 P:7.3 F:10.6<br>C:36.0 食塩:1.9                      | E:327 P:16.7 F:9.3<br>C:46.8 食塩:2.2                        | E:376 P:15.0 F:17.8<br>C:33.3 食塩:2.0                   | E:318 P:17.3 F:12.1<br>C:38.6 食塩:2.1   | E:375 P:11.5 F:12.8<br>C:58.5 食塩:1.8 |
|                | 27日(月)   | 28日(火)   | 29日(水)   | 30日(木)   | <h2 style="text-align: center;">北平田保育園の給食!</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿栄養たっぷりの旬の食材がたくさん入っています</li> <li>✿薄味をこころがけ、出汁にはぼし・かつお・昆布・鶏ガラからとっています</li> <li>✿食器は陶器をメインに使用し、大切に扱う気持ちを育みます</li> <li>✿火・水・木曜日は手作りおやつを提供しています。</li> <li>✿5月～3月は『庄内浜のお魚デー』、6月～2月のにここ広場の日は『バイキング給食、選択メニューおやつ』を行います</li> </ul> <p style="text-align: right;">※もっと詳しく知りたい! という方は入園のしおりを見てね♥</p> |                                      |
| 午前おやつ<br>(未満児) | オレンジ   | ジュースフルーツ   | <h3 style="font-size: 2em;">昭和の日</h3>                      |  |  |                                      |
| 昼食             | ウインナーのみそ炒め<br>ゆかり和え<br>すまし汁<br>(小松菜・椎茸・薄揚げ)<br>バナナ     | 🐟さばの竜田揚げ<br>すき昆布煮<br>みそ汁<br>(キャベツ・しめじ)<br>ソファール          |  |  |  |                                      |
| 午後おやつ          | たべっ子どうぶつ<br>牛乳   | ★アスパラおにぎり<br>麦茶  |  |  |  |                                      |
| 栄養価            | E:390 P:16.0 F:21.0<br>C:39.6 食塩:1.8                   | E:289 P:16.3 F:14.3<br>C:28.1 食塩:1.7                     |  |  | E:309 P:19.9 F:14.3<br>C:30.0 食塩:2.0   |                                      |

※発注の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。

栄養価 … E:エネルギー P:タンパク質 F:脂肪

🍙:完全給食の日 🐟:お魚の日 ★:手作りおやつ

C:炭水化物 食塩:食塩相当量