



# 4月の予定こんだてひょう(3~5才児)



矢板保育園

令和8年度

日	曜	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	水	白身魚フライ・白菜の昆布茶和え 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	503	17	12.7	2	白身魚フライ 昆布茶・さつま揚げ 牛乳・きな粉	精白米・マカロニ	白菜・人参・きゅうり グリーンピース・にら 切干大根・もやし
2	木	味噌ラーメン・揚げ餃子 レンコンサラダ バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	537	17.8	13.9	2.3	豚肉 餃子・牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 みそラーメンスープ ごまドレッシング	キャベツ・人参 コーン・レンコン バナナ
3	金	豆腐入り松風焼き・ひじき煮 もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	504	23.2	12.5	2.2	豆腐・鶏肉 かつお節・ひじき さつま揚げ・大豆・牛乳	パン粉・精白米 里芋・ジャム ホットケーキミックス	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり ほうれん草
4	土	入園式								
5	日									
6	月	いわしの生姜煮・昆布びら キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	543	20.4	18.1	1.9	いわしの生姜煮 昆布・鶏肉 牛乳	和風ドレッシング ごま油・精白米 麩・バター	キャベツ・人参 コーン・ごぼう 小松菜・しめじ
7	火	ポークカレー・福神漬け コロコロサラダ オレンジゼリー・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	661	18.5	19.4	2.7	豚肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン
8	水	鶏の味噌焼き・かぼちゃの天ぷら 菜の花のお浸し・たけのこごはん すまし汁・牛乳	みかんヨーグルト 麦茶	517	20	14.9	2.2	鶏肉・油揚げ 花型豆腐・わかめ 牛乳・ヨーグルト	てんぷら粉・精白米	菜の花・人参 もやし・かぼちゃ 筍・ねぎ・みかん缶
9	木	ジャムパン・ササミカツ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	525	21.9	17	2.4	ツナ ササミカツ 牛乳・鶏肉	食パン・ジャム スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	人参・きゅうり 玉ねぎ ほうれん草・椎茸
10	金	肉野菜炒め・春巻き ゆでブロックリー・ごはん 春雨スープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	505	18.8	13.4	2.1	豚肉 春巻き 牛乳	焼肉のたれ 精白米 春雨・星型せんべい	玉ねぎ・人参・キャベツ にら・ブロックリー チンゲン菜
11	土	肉井・インゲンの和風サラダ さつま芋の甘煮 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	547	19	15.4	2	豚肉 油揚げ 牛乳	和風ドレッシング さつま芋 ビスケット	玉ねぎ・生姜・人参 いんげん・もやし コーン・大根
12	日									
13	月	肉じゃがコロケ・高野豆腐の五目煮 白菜のおかか和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	526	18.1	18	2.4	かつお節 高野豆腐 牛乳・チーズ	肉じゃがコロケ 精白米 リッツ・ジャム	白菜・人参・きゅうり 椎茸・筍・キヌサヤ もやし・にら
14	火	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え バナナ・牛乳	菜飯おにぎり 麦茶	552	18.1	13.4	2.1	鶏肉 ちくわ・青のり 牛乳	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング 精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ キャベツ・きゅうり コーン・バナナ・菜飯の素
15	水	麻婆豆腐丼・揚げカニシューマイ チンゲン菜の中華和え 卵スープ・牛乳	フルーツサンド 麦茶	575	20.1	19.9	2.5	豆腐・豚肉 カニシューマイ 卵・わかめ・牛乳	精白米・麻婆豆腐の素 ごま油・片栗粉 食パン・ホイップクリーム	筍・ねぎ・人参 にら・チンゲン菜 もやし・黄桃缶
16	木	ツナピラフ・ミニハンバーグ ブロックリーのイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	たい焼き りんごジュース	515	18.4	16.3	2.3	ツナ ミニハンバーグ ウインナー・牛乳	精白米 イタリアンドレッシング たい焼き・りんごジュース	玉ねぎ・ブロックリー ミックスベジタブル・人参 ピーマン・キャベツ・椎茸
17	金	鶏のすっぽ煮・五目豆 小松菜のツナ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ(いちご) 麦茶	562	24.7	19.8	2.1	鶏肉 ツナ・大豆 牛乳	精白米・フルーチェの素	小松菜・もやし 人参・大根・筍 レンコン・白菜・ごぼう
18	土	モロの竜田揚げ・里芋味噌煮 キャベツのゆかり和え・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	503	18.4	13.9	2.2	モロ・牛乳	片栗粉 里芋・精白米 星型せんべい	キャベツ・人参 きゅうり・ゆかり ほうれん草・しめじ
19	日									
20	月	焼きそば・ポテトフライ ブロックリーのフレンチサラダ オニオンスープ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	517	17.7	16.9	2.1	豚肉 牛乳 ベーコン・チーズ	焼きそば麺・焼きそばソース フレンチ白ドレッシング ポテトフライ・精白米	キャベツ・人参・にら・もやし ブロックリー・ピーマン 玉ねぎ・パセリ缶・トマト缶
21	火	鶏の照り焼き・大根の納豆和え かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	513	18.9	13.6	2.3	鶏肉 納豆 牛乳	片栗粉・精白米	大根・ほうれん草 かぼちゃ・もやし 人参・にら・黄桃缶
22	水	タラの甘酢あんかけ・シューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	567	16.5	24.3	2.1	タラ・シューマイ わかめ・牛乳 金時豆	片栗粉・甘酢あん・春雨 マヨネーズ・精白米 蒸しパンミックス	玉ねぎ・人参 チンゲン菜・コーン ねぎ
23	木	すき焼き風煮・厚焼き玉子 花野菜サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	510	20.5	17.9	2.4	豚肉・豆腐 厚焼き玉子 牛乳・油揚げ	すき焼きのたれ 和風ドレッシング 精白米・リッツ・マシュマロ	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・カリフラワー ブロックリー・コーン・大根
24	金	お誕生会・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・フライドポテト パリパリサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	604	18	20.3	2.5	鶏肉 チーズ・のり 昆布茶	精白米・ポテトチップス 片栗粉・じゃが芋・ゼリーの素 カルピス・プリン・ホイップクリーム	コーン・人参 きゅうり・キャベツ みかん缶・黄桃缶
25	土	ハムカツ・白菜のお浸し 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	501	14.8	13.8	2.2	ハムカツ 昆布・竹輪 牛乳	精白米 里芋 醤油せんべい	白菜・人参 きゅうり 小松菜
26	日									
27	月	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロックリーサラダ コンソメスープ・牛乳	野菜粥 麦茶	522	18.5	15.5	2.4	納豆 チキンナゲット 牛乳	スパゲティ イタリアンドレッシング 精白米	玉ねぎ・小葱・人参 ブロックリー・コーン 大根・白菜・ほうれん草
28	火	サバの味噌煮・五色和え 筑前煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごミルクプリン 麦茶	555	25.7	16.5	2.1	サバ・錦糸卵 わかめ・鶏肉・豆腐 牛乳	片栗粉・里芋 精白米・いちごソース いちごプリンの素	もやし・人参・きゅうり 大根・ごぼう・レンコン キヌサヤ・ほうれん草
29	水	昭和の日								
30	木	ハヤシライス・オムレツ 春雨サラダ フルーツポンチ・牛乳	あんぱん 野菜ジュース(ピーチ)	657	18.7	20.2	2.6	豚肉 オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク 春雨・和風ドレッシング あんぱん・野菜ジュース(ピーチ)	玉ねぎ・人参・しめじ チンゲン菜・みかん缶 パイン缶・黄桃缶

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(2才児)



矢板保育園

令和8年度

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	水	ソフトせんべい	白身魚フライ・白菜の昆布茶和え 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	478	16.2	12.1	1.8	白身魚フライ 昆布茶・さつま揚げ 牛乳・きな粉	ソフトせんべい 精白米 マカロニ	白菜・人参・きゅうり グリーンピース・にら 切干大根・もやし
2	木	白い風船	味噌ラーメン・揚げ餃子 レンコンサラダ バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	510	16.9	13.2	2.1	豚肉 餃子・牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 みそラーメンスープ 白い風船・ごまドレッシング	キャベツ・人参 コーン・レンコン バナナ
3	金	ビスケット	豆腐入り松風焼き・ひじき煮 もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	479	22.0	11.9	2	豆腐・鶏肉 かつお節・ひじき さつま揚げ・大豆・牛乳	パン粉・精白米 ビスケット・里芋・ジャム ホットケーキミックス	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり ほうれん草
4	土		入園式								
5	日										
6	月	野菜せんべい	いわしの生姜煮・昆布びら キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	516	19.4	17.2	1.7	いわしの生姜煮 昆布・鶏肉 牛乳	和風ドレッシング ごま油・精白米 野菜せんべい・麩・バター	キャベツ・人参 コーン・ごぼう 小松菜・しめじ
7	火	チーズかまぼこ	ボークカレー・福神漬け コロコロサラダ オレンジゼリー・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	628	17.6	18.4	2.5	チーズかまぼこ・豚肉 大豆 牛乳	精白米・パーメントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン
8	水	ソフトせんべい	鶏の味噌焼き・かぼちゃの天ぷら 菜の花のお浸し・たけのこごはん すまし汁・牛乳	みかんヨーグルト 麦茶	491	19.0	14.2	2	鶏肉・油揚げ 花型豆腐・わかめ 牛乳・ヨーグルト	ソフトせんべい てんぷら粉 精白米	菜の花・人参 もやし・かぼちゃ 筍・ねぎ・みかん缶
9	木	バナナ	ジャムパン・ササミカツ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	499	20.8	16.2	2.2	ツナ ササミカツ 牛乳・鶏肉	食パン・ジャム スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	人参・きゅうり バナナ・玉ねぎ ほうれん草・椎茸
10	金	白い風船	肉野菜炒め・春巻き ゆでブロッコリー・ごはん 春雨スープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	480	17.9	12.7	1.9	豚肉 春巻き 牛乳	焼肉のたれ 白い風船・精白米 春雨・星型せんべい	玉ねぎ・人参・キャベツ にら・ブロッコリー チンゲン菜
11	土	りんご	肉井・インゲンの和風サラダ さつま芋の甘煮 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	520	18.1	14.6	1.8	豚肉 油揚げ 牛乳	和風ドレッシング さつま芋 ビスケット	玉ねぎ・生姜・人参 いんげん・もやし コーン・大根
12	日										
13	月	野菜せんべい	肉じゃがコロッケ・高野豆腐の五目煮 白菜のおかか和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	540	20.9	19.6	1.9	かつお節 高野豆腐 牛乳・チーズ	肉じゃがコロッケ 野菜せんべい・精白米 リッツ・ジャム	白菜・人参・きゅうり 椎茸・筍・キヌサヤ もやし・にら
14	火	ウエハース	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え バナナ・牛乳	菜飯おにぎり 麦茶	524	17.2	12.7	1.9	鶏肉 ちくわ・青のり 牛乳	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング ウエハース・精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ キャベツ・きゅうり コーン・バナナ・菜飯の素
15	水	ヨーグルト	麻婆豆腐丼・揚げカニシューマイ チンゲン菜の中華和え 卵スープ・牛乳	フルーツサンド 麦茶	546	19.1	18.9	2.3	ヨーグルト・豆腐・豚肉 カニシューマイ 卵・わかめ・牛乳	精白米・麻婆豆腐の素 ごま油・片栗粉 食パン・ホイップクリーム	筍・ねぎ・人参 にら・チンゲン菜 もやし・黄桃缶
16	木	クッキー	ツナピラフ・ミニハンバーグ ブロッコリーのイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	たい焼き りんごジュース	489	17.5	15.5	2.1	ツナ ミニハンバーグ ウインナー・牛乳	クッキー・精白米 イタリアンドレッシング たい焼き・りんごジュース	玉ねぎ・ブロッコリー ミックスベジタブル・人参 ピーマン・キャベツ・椎茸 オレンジ・小松菜・もやし
17	金	オレンジ	鶏のすっぱ煮・五目豆 小松菜のツナ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ（いちご） 麦茶	534	23.5	18.8	1.9	鶏肉 ツナ・大豆 牛乳	精白米・フルーチェの素	人参・大根・筍 レンコン・白菜・ごぼう
18	土	白い風船	モロの竜田揚げ・里芋味噌煮 キャベツのゆかり和え・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	478	17.5	13.2	2	モロ・牛乳	白い風船・片栗粉 里芋・精白米 星型せんべい	キャベツ・人参 きゅうり・ゆかり ほうれん草・しめじ
19	日										
20	月	ウエハース	焼きそば・ポテトフライ ブロッコリーのフレンチサラダ オニオンスープ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	491	16.8	16.1	1.9	豚肉 牛乳 ベーコン・チーズ	焼きそば麺・焼きそばソース フレンチ白ドレッシング ウエハース・ポテトフライ・精白米	キャベツ・人参・にら・もやし ブロッコリー・ピーマン 玉ねぎ・パセリ缶・トマト缶
21	火	野菜せんべい	鶏の照り焼き・大根の納豆和え かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	487	18.0	12.9	2.1	鶏肉 納豆 牛乳	野菜せんべい 片栗粉 精白米	大根・ほうれん草 かぼちゃ・もやし 人参・にら・黄桃缶
22	水	クッキー	タラの甘酢あんかけ・シューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	539	15.7	23.1	1.9	タラ・シューマイ わかめ・牛乳 金時豆	片栗粉・甘酢あん・春雨 マヨネーズ・精白米 クッキー・蒸しパンミックス	玉ねぎ・人参 チンゲン菜・コーン ねぎ
23	木	たまごボーロ	すき焼き風煮・厚焼き玉子 花野菜サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	485	19.5	17.0	2.2	豚肉・豆腐 厚焼き玉子 牛乳・油揚げ	たまごボーロ・すき焼きのたれ 和風ドレッシング 精白米・リッツ・マシュマロ	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・カリフラワー ブロッコリー・コーン・大根
24	金	白い風船	お誕生会・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・フライドポテト パリパリサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	574	17.1	19.3	2.3	鶏肉 チーズ・のり 昆布茶	白い風船・精白米・ポテトチップス 片栗粉・じゃが芋・ゼリーの素 カルピス・プリン・ホイップクリーム	コーン・人参 きゅうり・キャベツ みかん缶・黄桃缶
25	土	バナナ	ハムカツ・白菜のお浸し 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	476	14.1	13.1	2	ハムカツ 昆布・竹輪 牛乳	精白米 里芋 醤油せんべい	バナナ・白菜・人参 きゅうり 小松菜
26	日										
27	月	チーズかまぼこ	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロッコリーサラダ コンソメスープ・牛乳	野菜粥 麦茶	496	17.6	14.7	2.2	チーズかまぼこ・納豆 チキンナゲット 牛乳	スパゲティ イタリアンドレッシング 精白米	玉ねぎ・小葱・人参 ブロッコリー・コーン 大根・白菜・ほうれん草
28	火	クッキー	サバの味噌煮・五色和え 筑前煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごミルクプリン 麦茶	527	24.4	15.7	1.9	サバ・錦糸卵 わかめ・鶏肉・豆腐 牛乳	クッキー・片栗粉・里芋 精白米・いちごソース いちごプリンの素	もやし・人参・きゅうり 大根・ごぼう・レンコン キヌサヤ・ほうれん草
29	水		昭和の日								
30	木	星型せんべい	ハヤシライス・オムレツ 春雨サラダ フルーツポンチ・牛乳	あんぱん 野菜ジュース（ピーチ）	624	17.8	19.2	2.4	豚肉 オムレツ 牛乳	星型せんべい・精白米・ハヤシフレーク 春雨・和風ドレッシング あんぱん・野菜ジュース（ピーチ）	玉ねぎ・人参・しめじ チンゲン菜・みかん缶 パイン缶・黄桃缶

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(1才児)



矢板保育園

令和8年度

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	水	ソフトせんべい	白身魚フライ・白菜の昆布茶和え 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	430	14.5	10.9	1.6	白身魚フライ 昆布茶・さつま揚げ 牛乳・きな粉	ソフトせんべい 精白米 マカロニ	白菜・人参・きゅうり グリーンピース・にら 切干大根・もやし
2	木	白い風船	味噌ラーメン・揚げ餃子 レンコンサラダ バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	459	15.2	11.9	1.9	豚肉 餃子・牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 みそラーメンスープ 白い風船・ごまドレッシング	キャベツ・人参 コーン・レンコン バナナ
3	金	ビスケット	豆腐入り松風焼き もやしのおかか和え・ひじきごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	431	19.8	10.7	1.8	豆腐・鶏肉 かつお節・ひじき さつま揚げ・大豆・牛乳	パン粉・精白米 ビスケット・里芋・ジャム ホットケーキミックス	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり ほうれん草
4	土		入園式								
5	日										
6	月	野菜せんべい	いわしの生姜煮・昆布びら キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	464	17.4	15.5	1.5	いわしの生姜煮 昆布・鶏肉 牛乳	和風ドレッシング ごま油・精白米 野菜せんべい・麩・バター	キャベツ・人参 コーン・ごぼう 小松菜・しめじ
7	火	チーズかまぼこ	ポークカレー・福神漬け コロコロサラダ オレンジゼリー・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	565	15.8	16.6	2.3	チーズかまぼこ・豚肉 大豆 牛乳	精白米・パーメントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング バウムクーヘン・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 大根・きゅうり コーン
8	水	ソフトせんべい	鶏の味噌焼き・かぼちゃの天ぷら 菜の花のお浸し・たけのこごはん すまし汁・牛乳	みかんヨーグルト 麦茶	442	17.1	12.7	1.8	鶏肉・油揚げ 花型豆腐・わかめ 牛乳・ヨーグルト	ソフトせんべい てんぷら粉 精白米	菜の花・人参 もやし・かぼちゃ 筍・ねぎ・みかん缶
9	木	バナナ	ジャムパン・ササミカツ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	449	18.7	14.5	2.0	ツナ ササミカツ 牛乳・鶏肉	食パン・ジャム スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	人参・きゅうり バナナ・玉ねぎ ほうれん草・椎茸
10	金	白い風船	肉野菜炒め・春巻き ゆでブロッコリー・ごはん 春雨スープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	432	16.1	11.5	1.7	豚肉 春巻き 牛乳	焼肉のたれ 白い風船・精白米 春雨・星型せんべい	玉ねぎ・人参・キャベツ にら・ブロッコリー チンゲン菜
11	土	りんご	肉丼・インゲンの和風サラダ さつま芋の甘煮 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	468	16.2	13.2	1.6	豚肉 油揚げ 牛乳	和風ドレッシング さつま芋 ビスケット	玉ねぎ・生姜・人参 いんげん・もやし コーン・大根
12	日										
13	月	野菜せんべい	肉じゃがコロッケ・高野豆腐の五目煮 白菜のおかか和え・ごはん 味噌汁・牛乳	りす組・・・クラッカー ひよこ組・・・マンナビスケット 麦茶	486	18.8	17.6	1.7	かつお節 高野豆腐 牛乳	肉じゃがコロッケ 野菜せんべい・精白米 リッツ・マンナビスケット	白菜・人参・きゅうり 椎茸・筍・キヌサヤ もやし・にら
14	火	ウエハース	鶏南蛮うどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え バナナ・牛乳	菜飯おにぎり 麦茶	472	15.5	11.5	1.7	鶏肉 ちくわ・青のり 牛乳	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング ウエハース・精白米	玉ねぎ・人参・ねぎ キャベツ・きゅうり コーン・バナナ・菜飯の素
15	水	ヨーグルト	麻婆豆腐丼・揚げカニシューマイ チンゲン菜の中華和え 卵スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	492	17.2	17.0	2.1	ヨーグルト・豆腐・豚肉 カニシューマイ 卵・わかめ・牛乳	精白米・麻婆豆腐の素 ごま油・片栗粉 食パン・ジャム	筍・ねぎ・人参 にら・チンゲン菜 もやし
16	木	クッキー	ツナピラフ・ミニハンバーグ ブロッコリーのイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	たい焼き りんごジュース	440	15.7	13.9	1.9	ツナ ミニハンバーグ ウインナー・牛乳	クッキー・精白米 イタリアンドレッシング たい焼き・りんごジュース	玉ねぎ・ブロッコリー ミックスベジタブル・人参 ピーマン・キャベツ・椎茸 オレンジ・小松菜・もやし
17	金	オレンジ	鶏のすっぱ煮・五目豆 小松菜のツナ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ(いちご) 麦茶	481	21.1	16.9	1.7	鶏肉 ツナ・大豆 牛乳	精白米・フルーチェの素	人参・大根・筍 レンコン・白菜・ごぼう
18	土	白い風船	モロの竜田揚げ・里芋味噌煮 キャベツのゆかり和え・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	430	15.7	11.9	1.8	モロ・牛乳	白い風船・片栗粉 里芋・精白米 星型せんべい	キャベツ・人参 きゅうり・ゆかり ほうれん草・しめじ
19	日										
20	月	ウエハース	焼きそば・ポテトフライ ブロッコリーのフレンチサラダ オニオンスープ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	442	15.1	14.4	1.7	豚肉 牛乳 ベーコン・チーズ	焼きそば麺・焼きそばソース フレンチ白ドレッシング ウエハース・ポテトフライ・精白米	キャベツ・人参・にら・もやし ブロッコリー・ピーマン 玉ねぎ・パセリ缶・トマト缶
21	火	野菜せんべい	鶏の照り焼き・大根の納豆和え かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	439	16.2	11.6	1.9	鶏肉 納豆 牛乳	野菜せんべい 片栗粉 精白米	大根・ほうれん草 かぼちゃ・もやし 人参・にら・黄桃缶
22	水	クッキー	タラの甘酢あんかけ・シューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	485	14.1	20.8	1.7	タラ・シューマイ わかめ・牛乳 金時豆	片栗粉・甘酢あん・春雨 マヨネーズ・精白米 クッキー・蒸しパンミックス	玉ねぎ・人参 チンゲン菜・コーン ねぎ
23	木	たまごボーロ	すき焼き風煮・厚焼き玉子 花野菜サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	りす組・・・クラッカー ひよこ組・・・マンナビスケット 麦茶	436	17.5	15.3	2.0	豚肉・豆腐 厚焼き玉子 牛乳・油揚げ	たまごボーロ・すき焼きのたれ 和風ドレッシング 精白米・リッツ・マンナビスケット	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・カリフラワー ブロッコリー・コーン・大根
24	金	白い風船	お誕生会・・・こいのぼりごはん 鶏のから揚げ・フライドポテト バリバリサラダ・いちごゼリー・カルピス	プリンアラモード 麦茶	516	15.4	17.4	2.1	鶏肉 チーズ・のり 昆布茶	精白米・ポテトチップス 片栗粉・じゃが芋・ゼリーの素 白い風船・カルピス・プリン	コーン・人参 きゅうり・キャベツ みかん缶・黄桃缶
25	土	バナナ	ハムカツ・白菜のお浸し 切昆布煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	428	12.7	11.8	1.8	ハムカツ 昆布・竹輪 牛乳	精白米 里芋 ソフトせんべい	バナナ・白菜・人参 きゅうり 小松菜
26	日										
27	月	チーズかまぼこ	納豆スパゲティ・チキンナゲット ブロッコリーサラダ コンソメスープ・牛乳	野菜粥 麦茶	446	15.8	13.3	2.0	チーズかまぼこ・納豆 チキンナゲット 牛乳	スパゲティ イタリアンドレッシング 精白米	玉ねぎ・小葱・人参 ブロッコリー・コーン 大根・白菜・ほうれん草
28	火	クッキー	サバの味噌煮・五色和え 筑前煮・ごはん すまし汁・牛乳	いちごミルクプリン 麦茶	475	22.0	14.1	1.7	サバ・錦糸卵 わかめ・鶏肉・豆腐 牛乳	クッキー・片栗粉・里芋 精白米・いちごソース いちごプリンの素	もやし・人参・きゅうり 大根・ごぼう・レンコン キヌサヤ・ほうれん草
29	水		昭和の日								
30	木	星型せんべい	ハヤシライス・オムレツ 春雨サラダ フルーツポンチ・牛乳	あんぱん 野菜ジュース(ピーチ)	562	16.0	17.3	2.2	豚肉 オムレツ 牛乳	星型せんべい・精白米・ハヤシフレーク 春雨・和風ドレッシング あんぱん・野菜ジュース(ピーチ)	玉ねぎ・人参・しめじ チンゲン菜・みかん缶 パイン缶・黄桃缶

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 4月の予定こんだてひょう(離乳食)



矢板保育園

令和8年度

日	曜	完了期食 (12ヶ月～)			後期食 (9～11ヶ月頃)			中期食 (7～8ヶ月頃)	初期食 (5～6ヶ月頃)
		朝のおやつ	昼食	おやつ	朝のおやつ	昼食	おやつ		
1	水	ハイハイン (プレーン)	煮魚(タラ)・白菜のサラダ 切干大根煮・ごはん 味噌汁・麦茶	マカロニきな粉 麦茶	ハイハイン (プレーン)	煮魚(タラ) 白菜のサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶		煮魚(タラ) 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
2	木	かぼちゃ&に んじんリング	にゅうめん・肉団子のだし煮 レンコンサラダ バナナ・麦茶	ツナ昆布おにぎり 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	肉団子のだし煮 人参のサラダ にゅうめん・バナナ・麦茶		肉団子のだし煮 人参のサラダ にゅうめん・バナナ・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
3	金	マンナウエ ハース	豆腐入り松風焼き・ひじき煮 もやしのサラダ・ごはん すまし汁・麦茶	パンケーキ 麦茶	マンナウエ ハース	豆腐のそぼろあんかけ もやしのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草のサラダ 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
4	土		入園式			入園式		入園式	入園式
5	日								
6	月	ハイハイン (野菜)	煮魚(サバ)・昆布ひら キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・麦茶	クッキー 麦茶	ハイハイン (野菜)	煮魚(サバ) キャベツのサラダ 白粥・小松菜のスープ・麦茶		煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
7	火	チーズス ティック	肉じゃが・高野豆腐煮 コロコロサラダ・ごはん オレンジゼリー・麦茶	ジャムパン りんごジュース	チーズス ティック	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・オレンジ・麦茶		肉じゃが コロコロサラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
8	水	小魚せんべい	鶏の味噌煮・かぼちゃ煮 菜の花のお浸し・ごはん すまし汁・麦茶	みかんヨーグルト 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 もやしのサラダ 白粥・豆腐のスープ・麦茶		チキン煮 人参のサラダ 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
9	木	バナナ	ジャムパン・ササミカツ スパゲティサラダ コンソメスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	バナナ	鶏のトマト煮 スパゲティサラダ パン粥・玉ねぎのスープ・麦茶		鶏のトマト煮 野菜のツナ和え パン粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
10	金	かぼちゃ&に んじんリング	野菜のそぼろ煮・里芋煮 ゆでブロッコリー・ごはん 春雨スープ・麦茶	しらす&わかめせ んべい 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	野菜のそぼろ煮 里芋煮 白粥・チンゲン菜のスープ・麦茶		野菜のそぼろ煮 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
11	土	りんご	豚の玉ねぎあんかけ・さつま芋煮 いんげんのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	りんご	豚の玉ねぎあんかけ さつま芋煮 白粥・大根のスープ・麦茶		鶏の玉ねぎあんかけ さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶
12	日								
13	月	ほうれん草と 小松菜せんべい	肉じゃが・高野豆腐の五目煮 白菜のサラダ・ごはん 味噌汁・麦茶	マンナビスケット 麦茶	ほうれん草と 小松菜せんべい	肉じゃが 白菜のサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶		肉じゃが 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
14	火	マンナウエ ハース	煮込みうどん・竹輪煮 キャベツのサラダ バナナ・麦茶	菜飯おにぎり 麦茶	マンナウエ ハース	煮込みうどん・高野豆腐煮 キャベツのサラダ バナナ・麦茶		煮込みうどん・高野豆腐煮 キャベツのサラダ バナナ・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
15	水	ヨーグルト	豆腐の野菜あんかけ・さつま芋煮 チンゲン菜のサラダ・ごはん 中華スープ・麦茶	ジャムパン 麦茶	ヨーグルト	豆腐の野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・小松菜のスープ・麦茶		豆腐の野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶
16	木	チーズス ティック	鶏のトマト煮・野菜のツナ和え ブロッコリーのサラダ・ごはん 千切り野菜スープ・麦茶	かぼちゃ&にんじ んリング りんごジュース	チーズス ティック	鶏のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶		鶏のトマト煮 ブロッコリーサラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
17	金	オレンジ	チキン煮・五目豆 小松菜のツナ和え・ごはん 味噌汁・麦茶	ヨーグルト 麦茶	オレンジ	チキン煮 小松菜のツナ和え 白粥・白菜のスープ・麦茶		チキン煮 小松菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 小松菜ペースト 麦茶
18	土	ハイハイン (プレーン)	煮魚(タラ)・里芋煮 キャベツのサラダ・ごはん すまし汁・麦茶	しらす&わかめせ んべい 麦茶	ハイハイン (プレーン)	煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
19	日								
20	月	マンナウエ ハース	にゅうめん・じゃが芋煮 ブロッコリーのサラダ オレンジ・麦茶	トマトチーズ粥 麦茶	マンナウエ ハース	にゅうめん・じゃが芋煮 ブロッコリーのサラダ オレンジ・麦茶		じゃが芋煮 ブロッコリーのサラダ にゅうめん・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
21	火	小魚せんべい	チキン煮・大根の納豆和え かぼちゃ煮・ごはん 味噌汁・麦茶	フルーツゼリー 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 大根の納豆和え 白粥・もやしのスープ・麦茶		チキン煮 大根のサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶
22	水	かぼちゃ&に んじんリング	タラの野菜あんかけ・さつま芋煮 春雨サラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	蒸しパン 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	タラの野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		タラの野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶
23	木	たまごボーロ	豆腐のそぼろあんかけ・厚焼き玉子 花野菜サラダ・ごはん 味噌汁・麦茶	マンナビスケット 麦茶	たまごボーロ	豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃ煮 白粥・大根のスープ・麦茶		豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
24	金	チーズス ティック	鶏のトマト煮・じゃが芋煮 キャベツのサラダ・ごはん いちごゼリー・麦茶	ヨーグルト 麦茶	チーズス ティック	鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・オレンジ・麦茶		鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
25	土	バナナ	チキン煮・白菜のサラダ 切昆布煮・ごはん 味噌汁・麦茶	ほうれん草と小松 菜せんべい 麦茶	バナナ	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・小松菜のスープ・麦茶		チキン煮 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
26	日								
27	月	チーズス ティック	納豆スパゲティ・肉団子のだし煮 ブロッコリーサラダ コンソメスープ・牛乳	野菜粥 麦茶	チーズス ティック	納豆スパゲティ・肉団子のだし煮 ブロッコリーサラダ キャベツのスープ・麦茶		肉団子のだし煮 ブロッコリーサラダ にゅうめん・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
28	火	クッキー	サバの味噌煮・もやしのサラダ 筑前煮・ごはん すまし汁・麦茶	ゼリー 麦茶	マンナウエ ハース	煮魚(サバ) 大根のサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶		煮魚(サバ) 大根のサラダ 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
29	水		昭和の日			昭和の日		昭和の日	昭和の日
30	木	小魚せんべい	肉じゃが・高野豆腐煮 春雨サラダ・ごはん フルーツポンチ・麦茶	ジャムパン りんごジュース	小魚せんべい	肉じゃが チンゲン菜のサラダ 白粥・オレンジ・麦茶		肉じゃが チンゲン菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶

麦茶…麦茶25ml+お湯25ml 計50mlです。  
 おかゆの目安…初期食(10倍粥)・中期食(7倍粥)・後期食(5倍粥)完了期食(軟飯)です。  
 味付けは1才児より薄く、大きい食材は刻んであります。

\* 月齢はあくまでも目安であり、お子様ひとりひとりに合わせて離乳食を進めさせていただきたいと思っておりますので、ご了承ください。