

2025年度

4月 給食献立表

朝霞ゆりかご保育園
よつばゆりかご保育園

日	曜	中期	後期	
15	火	おかゆ 鶏肉とにんじんの煮物 キャベツと玉ねぎのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とにんじんの煮物 キャベツと玉ねぎのスープ	
16	水	おかゆ 鮭の出し煮 小松菜とにんじんのスープ	おかゆ又は軟飯 鮭の出し煮 小松菜とにんじんの味噌汁	
17	木	おかゆ 鶏肉といんげんの煮物 じゃが芋とにんじんのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉といんげんの煮物 じゃが芋とにんじんの味噌汁	
18	金	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 玉ねぎとコーンのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉と大根の煮物 玉ねぎとコーンのスープ	
21	月	おかゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 にんじんと玉ねぎのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とじゃが芋の煮物 にんじんと玉ねぎのスープ	
22	火	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 わかめとコーンのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 わかめとコーンのスープ	
23	水	おかゆ かれいのだし煮 豆腐と長ねぎのスープ	おかゆ又は軟飯 かれいの甘辛煮 豆腐と長ねぎの味噌汁	
24	木	おかゆ 鶏肉とキャベツの煮物 いんげんと玉ねぎのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とキャベツの煮物 いんげんと玉ねぎのスープ	
11	25	金	おかゆ 鶏肉と小松菜の煮物 もやしとにんじんのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉と小松菜の煮物 もやしとにんじんのスープ
14	月	おかゆ 鶏肉とにんじんの煮物 えのきと長ねぎのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とにんじんの煮物 えのきと長ねぎのすまし汁	
28	月	おかゆ 鶏肉とキャベツの煮物 にんじんとブロッコリーのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉とキャベツの煮物 にんじんとブロッコリーのスープ	
30	水	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 キャベツともやしのスープ	おかゆ又は軟飯 鶏肉と玉ねぎの煮物 キャベツともやしのスープ	

◆献立表に記入してある食材を、事前にチェックしていただき、
また食べたことのない食材は、給食前までに試しておいてくださいね🌟

2025年度

4月 給食献立表

朝霞ゆりかご保育園
よつばゆりかご保育園

日	曜	昼食	上段：午前おやつ 下段：午後おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる		
1	15	火	ご飯 豚肉の生姜焼き 人参スティック キャベツと鶏肉のスープ	ビスケット ホットケーキ 牛乳	ぶたかた・鶏むね・普通牛乳	精白米・三温糖・いりごま・ ホットケーキミックス・米ぬ か油・有塩バター	たまねぎ・にんじん・キャベツ	
2	16	水	ご飯・味ごまふりかけ 鮭の塩焼き 小松菜のごま和え 切干大根と揚げの味噌汁	せんべい ネギチヂミ 牛乳	さけ・油揚げ・甘みそ・豆 乳・普通牛乳・ぶたひき肉	精白米・いりごま・米粉・片 栗粉・三温糖・ごま油	こまつな・にんじん・切干しだ いこん・たまねぎ・長ねぎ	
3	17	木	ごはん 肉じゃが ゆかり和え 厚揚げともやしの味噌汁	ビスケット コーンフレークの ヨーグルトかけ	ぶたかた・冷凍厚揚げ・甘み そ・プレーンヨーグルト	精白米・いりごま・じゃがい も・しらたき・三温糖・コー ンフレーク	にんじん・たまねぎ・さやいん げん・キャベツ・きゅうり・ りょくとうもやし・長ねぎ・ レーズン・みかん缶詰・パイン アップル缶詰	
4	18	金	食パン 鶏肉のケチャップ焼き 大根とツナサラダ コーンスープ	せんべい 青のりおむすび	若鶏もも・まぐろ油漬缶詰・ 脱脂粉乳・普通牛乳	食パン・米ぬか油・ごま油・ 米粉・有塩バター・精白米・ いりごま	トマトケチャップ・だいこん・ にんじん・冷凍コーン・コー ン缶詰クリーム・あおのり	
5	土	19	土	お楽しみ弁当	せんべい デザート せんべい	鶏むね肉	精白米・ごま油・米ぬか油・ いりごま・カスタードプティ ング・しょうゆせんべい	ブロッコリー・にんじん・たま ねぎ・カットわかめ
7	21	月	カレーライス カリフラワーサラダ ニコニコスープ	せんべい いちごミルクスイーツ	鶏もも・ぶたひき肉・普通牛 乳	精白米・じゃがいも・米ぬか 油・三温糖・いりごま	たまねぎ・にんじん・にんに く・しょうが・ゆでカリフラ ワー・冷凍コーン・黄桃缶・り んご缶詰	
8	22	火	焼きうどん ブロッコリー和風サラダ 葱と水菜の中華スープ	ビスケット しらすいりおむすび	ぶたかた・鶏むね・しらす干 し	冷凍どん・米ぬか油・片栗 粉・精白米・いりごま	キャベツ・りょくとうもやし・ にんじん・たまねぎ・ブロッ コリー・冷凍コーン・長ねぎ・み ずな・乾わかめ	
9	23	水	ご飯 カレイの蒲焼き もやしのマヨ醤油和え 豆腐となめこの味噌汁	せんべい りんごのケーキ 牛乳	まがれい・木綿豆腐・甘み そ・普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖・薄 力粉・米ぬか油	りょくとうもやし・にんじん・ なめこ・長ねぎ・りんご缶詰	
10	24	木	ご飯 鶏肉のレモン塩麹ソテー キャベツサラダ 玉ねぎといんげんスープ	ビスケット ふかし芋 牛乳	若鶏もも・ぶたかた・普通牛 乳	精白米・米ぬか油・マヨネー ズ・さつまいも	レモン・キャベツ・にんじん・ たまねぎ・さやいんげん	
11	25	金	ピピンパ舞 ねぎとわかめのスープ バナナ	せんべい スコーン 牛乳	ぶたひき肉・普通牛乳	精白米・三温糖・ごま油・い りごま・薄力粉・有塩バター	しょうが・こまつな・りょく とうもやし・にんじん・長ねぎ・ カットわかめ・バナナ	
12	26	土	ご飯 ハンバーグ 温野菜 コンソメスープ	せんべい デザート せんべい	豚ひき肉	精白米・いりごま・カスター ドプディング・しょうゆせん べい	ブロッコリー・にんじん・たま ねぎ・カットわかめ	
14	月	だげのごはん ひじきと厚揚げの甘辛煮 お麩とねぎのすまし汁 フルーツゼリー	せんべい ミルクパン 牛乳	鶏もも・油揚げ・冷凍厚揚 げ・普通牛乳	精白米・三温糖・米ぬか油・ 釜焼きふ・強力粉・有塩バ ター	だげのご水煮・にんじん・さや えんどう・乾ひじき・えのきた け・長ねぎ		
28	月	ピラフ ブロッコリーソテー キャベツとコーンのスープ フルーツゼリー	せんべい ジャムサンド 牛乳	鶏むね・普通牛乳	精白米・米ぬか油・食パン	たまねぎ・にんじん・青ピー マン・冷凍コーン・ブロッ コリー・キャベツ・いちごジャム		
30	水	ご飯 肉野菜炒め 春雨スープ	せんべい 五平もち	ぶたかた・甘みそ	精白米・緑豆はるさめ・もち 米・三温糖・いりごま	しょうが・キャベツ・りょく とうもやし・たまねぎ・にん じん・にら		

◆献立表に記入してある食材を、事前にチェックしていただき、
また食べたことのない食材は、給食前までに試しておいてくださいね

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量 RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相 当量 (g)
今月の平均 食事摂取量	563	22.1	17.7	238	2.0	206	0.37	0.41	28	4.3	1.5
保育所(園)における 食事摂取基準(※1)	580	19~29	13~19	270	2.5(~11)	210(~310)	0.31	0.36	20	3.8以上	1.6
炭水化物1補正-比(%)	59 %		たんぱく質1補正-比(%)		16 %		脂肪1補正-比(%)※2		29 %		
	目安：50%以上、65%未満				目安：13%以上、20%未満		目安：20%以上、30%未満				

*都合により献立の内容を変更する場合があります。0~2歳児のみ午前中におやつがあります。