


















# 2026年4月



忍ヶ丘あおぞらこども園

四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 水 出会いの日	ご飯 ポークチャップ キャベツの和え物 春雨スープ 	米/豚肉、たまねぎ、食塩、白こしょう、油、ケチャップ、トンカツソース/キャベツ、きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖/春雨、チンゲン菜、コーン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケーキンロップ 	牛乳 果物 ◎ホットケーキ 
2 木	三色丼 スティックソーセージ 白菜のすまし汁 	米、だし昆布、薄口醤油、酒、食塩、鶏ミンチ、濃口醤油、砂糖、本みりん、油、生姜、三度豆、食塩、にんじん、だし昆布、水、砂糖、食塩/アンパンマンおやつソーセージ/はくさい、たまねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/さつまいも、砂糖、水	牛乳 果物 ◎いもあん 
3 金	シーチキン炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) キャベツとコーンのスープ	米、ツナフレーク油漬、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、油、食塩、鶏がらスープ、濃口醤油、油/ブロッコリー、食塩、マヨドレ/キャベツ、たまねぎ、コーン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、油、豆乳ホイップ、水 	牛乳 果物 ◎クッキー 
4 土	五目うどん 果物 	うどん、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、しいたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、食塩、水/果物/牛乳/りんりんりんご[既製品のパン] 	牛乳 りんりんりんご
6 月	ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜とえのきのおかか和え 豆腐とワカメのみそ汁	米/鶏もも肉、濃口醤油、本みりん、酒、生姜、濃口醤油、砂糖、本みりん、水、片栗粉、水/こまつな、にんじん、えのきたけ、濃口醤油、砂糖、花かつお/豆腐、カットわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ポップコーン用コーン、油、バター、食塩/ハッピーターン	牛乳 果物 ◎ポップコーン ハッピーターン【1歳児】 
7 火	ご飯(味付けのり・ゆかり) かぼちゃと豚肉の煮物 大根と豆腐のみそ汁	米、味付けのり[3~5歳児ス]、ゆかり和えの素[1~2歳児ス] / かぼちゃ、豚肉、たまねぎ、三度豆、生姜、油、濃口醤油、砂糖、煮干し、水/だいこん、豆腐、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/りんご、砂糖、食塩、水/まがりせんべい【卵】 	牛乳 ◎りんごのコンポート まがりせんべい 
8 水	ご飯 マーボーなす 中華スープ 	米/豚ミンチ、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、生姜、ごま油、濃口醤油、砂糖、鶏がらスープ、米みそ(淡色辛みそ)、片栗粉、水/春雨、カットわかめ、青ねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、ごま油、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、きな粉、砂糖	牛乳 果物 ◎きなこドーナツ 
9 木	ご飯 豆腐ハンバーグ もやしのポン酢和え 小松菜のすまし汁	米/豆腐、鶏ミンチ、たまねぎ、芽ひじき、油、食塩、白こしょう、パン粉、片栗粉、ケチャップ、トンカツソース/緑豆もやし、きゅうり、にんじん、ポン酢/こまつな、たまねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/ロイヤルブレッド(サンドイッチ用)、ブルーベリージャム	牛乳 果物 ◎ジャムサンド(ブルーベリー)
10 金	ご飯 白身魚のフライ(カテルソース) 三度豆のごま和え 豚汁(さといも) 	米/たら、白こしょう、薄力粉、水、パン粉、油、ケチャップ、トンカツソース/三度豆、にんじん、いりごま、濃口醤油、砂糖/豚肉、だいこん、さといも、にんじん、青ねぎ、つきこんにやく、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/麩、マヨドレ、干しえび、ピザ用チーズ 	牛乳 果物 ◎麩のピザ
11 土	イタリアンスパゲティ 果物	スパゲティ、オリーブ油、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、トマトピューレ、ウスターソース、ケチャップ、油、食塩/果物/牛乳/ミニストロベリーイスト[既製品のパン] 	牛乳 ミニストロベリーツイスト
13 月	ご飯 ポークカレー マカロニサラダ 	米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨドレ/牛乳/りんごジュース、水、砂糖、粉末かんてん、みかん缶/ばりんこ(のり塩)	牛乳 ◎みかん入りゼリー ばりんこ(のり塩) 
14 火	ご飯 焼き魚(さけ) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜のみそ汁	米/銀鮭(骨なし)、油、ポン酢/芽ひじき、にんじん、つきこんにやく、うすあげ、三度豆、油、砂糖、濃口醤油、だし昆布、混合だし、だし汁/はくさい、たまねぎ、だし昆布、混合だし、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、水/牛乳/果物/中華めん(やきそば用)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、お好みソース(コープ)、ウスターソース、油、食塩 	牛乳 果物 ◎やきそば 
お誕生日食			
15 水	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーと人参のポン酢和え えのきのすまし汁 	米、たけのこ、にんじん、濃口醤油、薄口醤油、食塩、酒、だし昆布/鶏もも肉、食塩、白こしょう、片栗粉、油/ブロッコリー、にんじん、ポン酢/えのきたけ、たまねぎ、カットわかめ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/きになる野菜 赤ぶどう&トマト/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、油、水、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(赤ぶどう&トマト) 果物 ◎米粉のパウンドケーキ風 (ホイップつき)
16 木	食パン ツナのミートスパゲティ スティックソーセージ[3~5歳児] 野菜の具だくさんスープ	食パン《卵なし》/スパゲティ、オリーブ油、ツナフレーク油漬、たまねぎ、にんじん、油、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、鶏がらスープ、水、食塩、白こしょう、片栗粉、砂糖/アンパンマンおやつソーセージ/キャベツ、にんじん、しめじ、コーン、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/お茶/ココアプラス(ヨーグルト)/米、まぜごはんのもと(6色の野菜)	お茶 ココアプラス ◎おにぎり(まぜごはん) 



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
17 金	ご飯 八宝菜 切干大根のみそ汁	米/豚肉、むきえび、はくさい、たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、ピーマン、濃口醤油、食塩、油、ごま油、鶏がらスープ、片栗粉、水/切り干しだいこん、うすあげ、にんじん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、にんじん、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎キャロットクッキー
18 土	わかめうどん 果物	うどん、鶏むね肉、うすあげ、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/十勝バタースティック[既製品のパン]	牛乳 十勝バタースティック
20 月	ご飯 チキンカレー 大根サラダ	米/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、薄口醤油、砂糖、ごま油/牛乳/バナナ、みかん缶、りんご、ヨーグルト(無糖)/源氏パイ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 源氏パイ
21 火	ご飯 野菜炒め(ピーマン入) ほうれん草のみそ汁	米/豚肉、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ピーマン、ごま油、鶏がらスープ、食塩、白こしょう、砂糖、濃口醤油/ほうれん草、豆腐、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米、豆乳、ピザ用チーズ、ベーコン、たまねぎ、ミックスベジタブル、油、食塩、白こしょう	牛乳 果物 ◎ドリア
22 水	ご飯 ナゲット もやしとわかめのナムル チンゲン菜としめじのスープ	米/鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、生姜、食塩、白こしょう、片栗粉、油、ケチャップ/緑豆もやし、にんじん、カットわかめ、いりごま、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ/チンゲン菜、たまねぎ、しめじ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/おいしいプリン(卵不使用)/揚一番	牛乳 果物 おいしいプリン(Ca+鉄) 揚一番
23 木	まぜ込みご飯 厚揚げの煮付け 青菜のみそ汁	米、まぜごはんのもと(6色の野菜)/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、にんじん、ごぼ天、三度豆、砂糖、濃口醤油、本みりん、煮干し、だし昆布、水/こまつな、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ
24 金	ご飯 さばのみそ煮 ブロッコリーの甘酢和え キャベツのすまし汁	米/さば、生姜、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、酒、水/ブロッコリー、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、水、豆乳、ホールコーン、油	牛乳 果物 ◎コーンフリッター
25 土	味噌ラーメン 果物	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、緑豆もやし、青ねぎ、油、ごま油、鶏がらスープ、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、水/果物/牛乳/スナックパン[既製品のパン]	牛乳 スナックパン
27 月	ご飯 豆腐の肉あんかけ さつま芋のみそ汁	米/豆腐、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、油、砂糖、濃口醤油、煮干し、水、片栗粉/さつまいも、カットわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎蒸しパン
28 火	ベジロール(にんじん) クリームシチュー キャベツマヨサラダ	ベジロール(にんじん)【卵なし】/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、クリームシチューの素、牛乳、水/キャベツ、きゅうり、ホールコーン、マヨドレ、食塩/牛乳/果物/米、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 果物 ◎おはぎ風(きなこ)
29 水	<h2 style="margin: 0;">昭和の日</h2>		
30 木	ケチャップライス ブロッコリーとツナの醤油和え チンゲン菜のスープ	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、油、ケチャップ、白こしょう、鶏がらスープ、食塩、油/ブロッコリー、ツナフレーク油漬、にんじん、濃口醤油、砂糖/チンゲン菜、たまねぎ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/ジョア ストロベリー/果物/ビスコ/ラムネ菓子	ジョア(ストロベリー) 果物 ビスコ ラムネ菓子[3~5歳児]

4月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	573 kcal	鉄	2.2 mg
	たんぱく質	21.1 g	カルシウム	271 mg
	脂質	18.2 g	ビタミンC	30 mg
	塩分	2.1 g	食物繊維	4.4 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。  
 ※1~2歳児クラスは、10時に牛乳が付きまます。  
 ※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類を提供予定です。

