



令和7年度 4月号  
あすなろこども園

### ◇あすなろこども園の給食について◇



☆ 月～金 ひよこ組 10時おやつ+離乳食+3時おやつ

ぱんだ・こあら組 10時おやつ+完全給食+3時おやつ

りす・うさぎ・きりん組 完全給食+3時おやつ

土 10時おやつ+全クラス完全給食+3時おやつ



☆ ひよこ組の離乳食は、個人の成長に合わせた食事を各家庭と相談し  
食材リストを元に進めますので、お手数ですが毎月の提出を必ず  
お願いいたします。

1歳の誕生日を目安に、幼児食に移行します。



☆ アレルギーのあるお子様は必ず医師の診断書・アレルギー除去確認書  
の提出を定期的をお願いいたします。それを元に除去食・代替え食で  
対応いたします。

☆ 天候・配送・材料の都合で急に献立が変更になる場合があります。  
ご了承下さい。



☆ 1汁3菜を基本にしています。

☆ パンの日は昼食・おやつを含め月に3回程度を予定しています。

☆ 安心・安全を心掛けます。

♡ 給食だよりでは、その月のおすすめメニューなどを紹介してい  
こ  
と思います。おうちの方が「知りたい」とか、子ども達が「～が  
おいしかったよ」など言っているメニューがあったら、ぜひ教えて  
下さいね。

ご入園・ご進級おめでとうございます。

柔らかな春の陽ざしに心和む季節になりました。

今年度も、子ども達が「おひるご飯・おやつが楽しみ」と  
思ってもらえるような、旬のものをたくさん使った給食  
の提供をしていきたいと思ひます。

また、お子様の食についての悩みや質問などありましたら  
気軽に声をかけて下さい。

本年度も宜しくお願いいたします。

給食担当

丸山・荒木・藤掛・内田

## 4月の 給食こたて

ここでは、毎月の献立の特徴や  
その月に多く使う旬のお野菜など  
紹介していければと思ひます。

☆4月の「旬」の食べ物は 新玉ねぎ・絹さや・きゃべつ  
たけのこ・しらす・グレープフルーツなどです。

今月は園生活に慣れ親しんでもらうため、食べやすく人気の  
高いメニューにしています。安心感が食欲増進に繋がればと思ひ  
ます。

♡4月の誕生日会メニュー♡



♡コッペパン・エビフライ・マカロニきこり風

ミニオンポテト・茹でブロッコリー・BLTスープ

♡おやつ ココアクッキー・カルピス









令和7年 あすなろこども園

ひよこ・ぼんだ・こあら りす・うさぎ・きりん

日	曜	10時	昼食	3時のおやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	カロリー	蛋白質	カロリー	蛋白質
1	火	牛乳 マンナ	ごはん 豆腐のまさご揚げ 線キャベツ 干草煮 味噌汁(大根・えのき・わかめ)	杏仁豆腐	木綿豆腐 しばえび 鶏ひき肉 しらす干し 鶏卵 油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 片栗粉 調合油 砂糖 サフラワー油	にんじん キャベツ ほうれんそう だいこん えのきだけ 塩わかめ 寒天 みかん缶詰 いちご	436 Kcal	15.9 g	379 Kcal	14.7 g
2	水	みかん缶	ごはん ふりかけ 鮭のちゃんちゃん焼き さつまサラダ いちご 味噌汁(にら・ふ)	生クリーム ケーキ 牛乳	ざけ ロースハム 淡色辛みそ ホイップクリーム 普通牛乳	精白米 有塩バター さつまいも マヨネーズ 車ふ 有塩マーガリン 砂糖 薄力粉	キャベツ もやし にんじん 生いたけ たまねぎ きゅうり みかん缶詰 コーン缶詰粒 いちごにら	431 Kcal	14.3 g	511 Kcal	17.6 g
3	木	麦茶 米はぜ	ごはん 鶏の甘辛煮 レタス添え スパゲティソース わかめ スープ	マーマレード 鶏しパン 牛乳	鶏むね(皮なし) 木綿豆腐 鶏卵 普通牛乳	精白米 片栗粉 砂糖 マカロニ スパゲティ 有塩バター ホットケーキミックス	しょうが にんにく レタス たまねぎ 青ピーマン トマト ケチャップ 塩わかめ 長ねぎ マーマレード にんじん	408 Kcal	17.5 g	471 Kcal	21.4 g
4	金	牛乳 ウエハース	ごはん 納豆和え 南瓜の甘煮 五目ナムル 味噌汁(いんげん・しめじ)	ホットビスケット 牛乳	納豆 しらす干し かつお節 鶏ささ身 かにかまぼこ 淡色辛みそ ホイップクリーム 普通牛乳	精白米 砂糖 ごま油 薄力粉 メープル風味シロップ	だいこん あさつき かぼちゃ もやし にんじん きゅうり ゆでさいやいんげん ふなしめじ	581 Kcal	20.8 g	491 Kcal	19.2 g

5 土  **入園式**(麦茶・おせんべい 磯ごはん・しゅうまい・青菜ごま和え・スープ ウエハース・牛乳) 

7	月	牛乳 ブリッツ	ごはん 塩ポロコギ ひじきとチーズのサラダ 煮豆 はんぺん スープ	フルーツクリーム チーズ 麦茶	牛かたロース まぐろ油漬 缶詰(白) プロセスチーズ 豆きんとん はんぺん 鶏卵 クリーム チーズ 普通牛乳	精白米 ごま油 砂糖 ごま油 和風ドレッシングタイプ ソーダークラッカー	たまねぎ にんじん にら にんにく 乾ひじき きゅうり コーン缶詰粒 根みつば いちごジャム	545 Kcal	15.9 g	530 Kcal	15.0 g
8	火	ヨーグルト	パンクリームシチュー ウィンナーソーテー いんげんのツナマヨ和え いちご	おこし 牛乳	鶏むね 普通牛乳 ウィンナーソーテー まぐろ油漬 缶詰(白)	コッパン じゃがいも 調合油 砂糖 マヨネーズ おこし マシュマロ ごま 有塩マーガリン	たまねぎ にんじん コーン缶詰クリーム プロックリー トマトケチャップ ゆでさいやいんげん コーン缶詰粒 いちご あおのり	541 Kcal	17.7 g	631 Kcal	19.2 g
9	水	麦茶 えびせん	コンソメライス 白身魚のピザ風味 さつぱりポテト パナナ チキン スープ(ちんげん菜・白菜)	フルーツゼリー 麦茶	めかじき プロセスチーズ 鶏もも	精白米 有塩バター 調合油 じゃがいも オレンジゼリー	青ピーマン にんじん たまねぎ マッシュルーム 水煮缶詰 トマトケチャップ きゅうり パナナ チンゲンサイ 白桃缶詰 みかん缶詰	437 Kcal	15.2 g	418 Kcal	16.9 g
10	木	牛乳 ウエハース	ごはん 厚揚げのオイスター炒め 卵豆腐 胡瓜の浅漬け 味噌汁(もやし・まいたけ)	クラッカー クリームサンド 牛乳	生揚げ ぶたばら 鶏卵 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 ごま油 砂糖 片栗粉 有塩マーガリン ソーダークラッカー	生いたけ たけのこ 水煮缶詰 にんじん 長ねぎ にんにく しょうが 冷凍ほうれんそう きゅうり 塩昆布 もやし まいたけ ブルーベリージャム	658 Kcal	19.0 g	597 Kcal	17.6 g
11	金	牛乳 リッツ	ごはん チキンカツ 線キャベツ マカロニサラダ 味噌汁(豆腐・なめこ)	焼き芋 麦茶	鶏もも かにかまぼこ 木綿豆腐 淡色辛みそ	精白米 薄力粉 パン粉 サフラワー油 マカロニ スパゲティ マヨネーズ さつまいも	キャベツ コーン缶詰粒 根みつば なめこ	651 Kcal	20.2 g	588 Kcal	19.4 g
12	土	麦茶 おせんべい	タコライス 蒸し野菜 りんご 野菜スープ(ほうれん草)	ホットケーキ 牛乳	ぶたひき肉 大豆水煮缶詰 鶏卵 ベーコン 普通牛乳	ご飯 サフラワー油 マヨネーズ 砂糖 薄力粉 調合油 有塩マーガリン	たまねぎ にんじん トマト 青ピーマン トマトケチャップ レタス プロックリー カリフラワー りんご ほうれんそう	444 Kcal	17.9 g	464 Kcal	20.7 g
14	月	ヨーグルト	ごはん しゅうまい 切干大根の煮つけ きゅうりちゃん漬け 味噌汁(にら・ふ)	ポテトフライ 牛乳	油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳 しゅうまい	精白米 砂糖 サフラワー油 車ふ フライポテト 調合油	切干だいこん にんじん きゅうり しょうゆ漬 にら あおのり	433 Kcal	13.8 g	500 Kcal	14.6 g
15	火	牛乳 ビスケケット	枝豆ごはん 厚焼き卵 洋風白和え パナナ 若竹汁	きなこボール 麦茶	しらす干し 鶏卵 木綿豆腐 淡色辛みそ きな粉	精白米 砂糖 ごま マヨネーズ ホットケーキミックス 調合油	にんじん ゆでだまめ ヤングコーン ゆでほうれんそう パナナ 塩わかめ だけのこ水煮缶詰 さやえんどう	502 Kcal	16.1 g	453 Kcal	14.7 g
16	水	麦茶 米はぜ	ごはん ミートボールカレー ミモザサラダ 福神漬 オレンジ	ねぎせんべい 麦茶	鶏卵 しらす干し かつお節 プロセスチーズ ミートボール	精白米 じゃがいも サフラワー油 マヨネーズ 砂糖 ぎょうざの皮 ごま	たまねぎ にんじん コーン缶詰粒 ほんしめじ レタス きゅうり トマト にんにく きゅうり しょうゆ漬 オレンジ あさつき	430 Kcal	11.4 g	495 Kcal	13.8 g
17	木	牛乳 コーンフレーク	ごはん 大豆ハンバーグ ジャーマンポテト ミニトマト 味噌汁(はんぺん・きぬさや)	苺のフレンチトースト 牛乳	鶏ひき肉 大豆水煮缶詰 ベーコン はんぺん 淡色辛みそ 普通牛乳 鶏卵	精白米 サフラワー油 じゃがいも 調合油 フランスパン 砂糖 有塩バター メープルシロップ	たまねぎ ゆでだいごんの葉 だいこん 青ピーマン ミニトマト さやえんどう いちご	525 Kcal	21.1 g	526 Kcal	21.7 g
18	金	牛乳 マンナ	ごはん ふりかけ 焼きぎょうざ わかめの酢の物 グレーフルーツ パンポラーメン	ヨーグルト和え 麦茶	しらす干し 木綿豆腐 ヨーグルト きょうざ	精白米 調合油 砂糖 ごま油 中華めん	塩わかめ きゅうり グレーフルーツ にんにく しょうが 長ねぎ にら パナナ みかん缶詰 白桃缶詰 バインアップル缶詰 いちご	502 Kcal	15.0 g	472 Kcal	14.0 g
19	土	牛乳 おせんべい	スパゲティナポリタン グリーンサラダ パナナ コーンスープ	プリン 麦茶	ベーコン パルメザンチーズ プリン 普通牛乳	マカロニ スパゲティ サフラワー油 有塩バター 砂糖	たまねぎ 青ピーマン ほんしめじ トマトケチャップ レタス きゅうり コーン缶詰粒 プロックリー トマト にんにく パナナ コーン缶詰クリーム	441 Kcal	14.0 g	402 Kcal	12.6 g
21	月	麦茶 えびせん	ごはん フィッシュフライ レタス添え ひじきの煮付け 味噌汁(豆腐・わかめ)	ゼリーパンチ マンナ	油揚げ 木綿豆腐 淡色辛みそ 白身魚フライ	精白米 調合油 砂糖 ハードビスケット	レタス 乾ひじき にんじん 塩わかめ ゼリーミックス みかん缶詰 バインアップル缶詰 レモン果汁	493 Kcal	11.7 g	488 Kcal	13.4 g
22	火	牛乳 ブリッツ	たけのこごはん ボイルウィナー 春キャベツの和え物 粉吹芋 味噌汁(もやし・まいたけ)	ポップコーン 牛乳	油揚げ ウィナーソーテー まぐろ油漬缶詰 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 調合油 砂糖 じゃがいも ポップコーン	たけのこ 水煮缶詰 にんじん ぶなしめじ トマトケチャップ キャベツ きゅうり コーン缶詰粒 もやし まいたけ あおのり	513 Kcal	17.1 g	486 Kcal	16.4 g
23	水	牛乳 クラッカー	ごはん 生姜焼肉 切干大根とツナのサラダ オレンジ チーズ すいとん	大学芋 麦茶	ぶたもも まぐろ油漬缶詰 パルメザンチーズ	精白米 ごま油 いろごま マヨネーズ 薄力粉 さつまいも 砂糖	にんじん たまねぎ 青ピーマン しょうが 切干だいこん きゅうり コーン缶詰粒 オレンジ キャベツ 長ねぎ ほんしめじ	487 Kcal	16.9 g	456 Kcal	16.2 g

24 木  **誕生日会** 

25	金	牛乳 ブリッツ	ごはん チキン南蛮 トマトサラダ 煮豆 味噌汁(大根・油揚げ)	黒糖バナナ ケーキ 牛乳	鶏卵 鶏もも しらす干し 豆きんとん 油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 マヨネーズ 片栗粉 サフラワー油 砂糖 和風ドレッシングタイプ 無塩バター 黒砂糖 ホットケーキミックス	たまねぎ きゅうり トマト かいわれレタス だいこん パナナ	548 Kcal	19.1 g	534 Kcal	19.0 g
26	土	牛乳 ウエハース	彩りソース焼きそば 青菜の胡麻和え りんご 野菜スープ(えのき・もやし)	コーンフレーク	ベーコン 普通牛乳	中華めん サフラワー油 いろごま コーンフレーク	キャベツ もやし にんじん ほんしめじ ほうれんそう りんご たまねぎ えのきだけ パナナ	554 Kcal	15.7 g	472 Kcal	13.6 g
28	月	ヨーグルト	ごはん 塩肉じゃがが厚焼き卵かにかきゅうり 味噌汁(チンゲン菜・たけのこ・ごま油)	ふらスク 牛乳	ベーコン 鶏卵 かにかまぼこ 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 じゃがいも しらすき 砂糖 有塩バター マヨネーズ ごま油 金焼きふ 有塩マーガリン グラニュー糖	たまねぎ きゅうり チンゲンサイ たけのこ 水煮缶詰	430 Kcal	14.6 g	497 Kcal	15.5 g
30	水	牛乳 おせんべい	ごはん 魚ふりかけ ハムカツ 線キャベツ 人参グラッセ 豆腐と塩ごぶのスープ	ちんすこう 麦茶	まぐろ油漬缶詰 木綿豆腐 ハムカツ	精白米 ごま 砂糖 薄力粉 パン粉 調合油 有塩バター	焼きのり キャベツ にんじん 塩昆布 長ねぎ えのき だけ	570 Kcal	16.5 g	558 Kcal	15.7 g