

4 月献立表

令和7年度

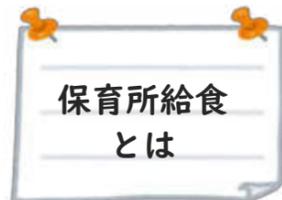
神楽保育所

日	曜日	全 児 童		3歳未満児		日	曜日	全 児 童		3歳未満児			
		昼食	3時おやつ	10時おやつ	昼食			昼食	3時おやつ	10時おやつ	昼食		
1	火	ウィンナー入りオムレツ ポテトサラダ	マカロニスープ くだもの	お茶 じゃこ入りご飯のおやき	牛乳	食パン	15	火	チキンカツ 大根サラダ	コーンスープ くだもの	焼きうどん	牛乳	レーズンパン
2	水	マーボー豆腐 ツナあえ	小松菜と卵の中華スープ くだもの	牛乳 スコーン	牛乳	ごはん	16	水	さばみそ煮 あえもの	かき玉汁 くだもの	牛乳 さつま芋レモン煮	牛乳	ごはん
3	木	鮭のコーンマヨ焼き 生揚げと大根炒め煮	みそ汁 くだもの	ミニラーメン	牛乳	ごはん	17	木	松風焼き 胡瓜と春雨の酢のもの	みそ汁 くだもの	牛乳 揚げパン	牛乳	ごはん
4	金	中華風ローストチキン ほうれん草とハムのあえもの	みそ汁 くだもの	牛乳 甘納豆蒸しパン	牛乳	ごはん	18	金	ピラフ 芋と鶏肉のからめ煮	はくさいあえもの くだもの コンソメスープ	牛乳 ケーキ	ヤクルト	誕生会
5	土	スパゲティミートソース チーズ	コンソメスープ くだもの	牛乳 クッキー	牛乳		19	土	しょうゆ野菜ラーメン 枝豆	くだもの	牛乳 ハッピーターン	牛乳	
7	月	豆腐と卵のふわふわ煮 チンゲン菜のあえもの	みそ汁 くだもの	牛乳 じゃがいもおやき	牛乳	ごはん	21	月	肉じゃが 納豆あえ	みそ汁 くだもの	牛乳 チーズせんべい	牛乳	ごはん
8	火	ほっけのパン粉焼き 春雨サラダ	コンソメスープ くだもの	牛乳 ケチャップライス	牛乳	米粉パン	22	火	鶏肉のママレード焼き スパゲティ添え	野菜スープ くだもの	牛乳 アップルケーキ	牛乳	黒パン
9	水	和風ハンバーグ ブロッコリーのソテー	みそ汁 くだもの	牛乳 ジャムサンド	牛乳	ごはん	23	水	鮭の梅醤油焼き ほうれん草の華風炒め	みそ汁 くだもの	牛乳 ごまラスク	牛乳	ごはん
10	木	すり身団子揚げ チンゲン菜ともやしのなめたけあえ	みそ汁 くだもの	牛乳 お好み焼き	牛乳	ごはん	24	木	豆腐のカレー煮 磯香あえ	みそ汁 くだもの	牛乳 いももち	牛乳	ごはん
11	金	カレー スティック野菜	青菜スープ くだもの	フルーツカルピス	牛乳	カレーライス	25	金	さばのバーベキューソースかけ(焼き) 切り干し大根の煮つけ	みそ汁 くだもの	牛乳 オレンジゼリー	牛乳	ごはん
12	土	やきそば 枝豆	コンソメスープ くだもの	牛乳 キャラメルコーン	牛乳		26	土	五目そうめん チーズ	くだもの	コーンフレーク牛乳	牛乳	
14	月	厚焼き卵 五目きんぴら	みそ汁 くだもの	牛乳 鮭わかめおにぎり	牛乳	ごはん	28	月	たらの照り焼き 野菜炒め	みそ汁 くだもの	牛乳 じゃこマヨトースト	牛乳	ごはん
							30	水	豆腐のケチャップ炒め ブロッコリーサラダ	みそ汁 くだもの	牛乳 大豆入りかりんとう	牛乳	ごはん

ご入園・進級おめでとうございます



いよいよ新しい年度が始まります！
この時期の子ども達は少しずつ新しい環境に慣れていきます。ご家庭では、十分に睡眠をとり、規則正しい食生活を心がけましょう。子ども達にとって、保育所で食べる食事やおやつが楽しい時間となるように努めていきますのでよろしくお願いいたします。



保育所給食のポイント

乳幼児期に必要な栄養量が満たされるように献立を作成しています。また、小さい頃から少しずつでも食べられる食材が増えるよう調理法を工夫しながら、様々な料理を取り入れ、安心安全でおいしい給食作りを心がけています。

保育所給食の栄養量

1～2歳児は昼食と午前・午後のおやつ、3歳以上は昼食と午後のおやつで、それぞれ1日のおよそ半分の栄養量を摂取できるよう作られています。目安として、エネルギーについて、1～2歳児は480kcal、3歳以上は610kcalとしています。

保育所のおやつ

幼児期は、体の大きさのわりに必要な栄養量が多いため、朝・昼・夕の食事ですべての栄養を取るの大変です。保育所でのおやつは、食事です不足しがちな栄養を補うための補食(=おやつ)と考えています。

ご家庭から持参する主食のお願い

保育所の給食は3歳(年度当初の年齢)以上のお子さんには、主食を持参していただきます。
おかずを味わい、子どもの味覚を育てるために、味付きのご飯や、ふりかけ等の添加物をかけたご飯ではなく『白いご飯』または『菓子パン以外のパン』をおかずに合わせてご持参するようお願いいたします。
行事食の実施により主食を提供する場合がありますので毎月の予定献立表をご確認ください。



*行事・物資の都合等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。