



令和 8 年

4月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PM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	水	牛乳 サラダせんべい	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き もやしナムル すまし汁	牛乳 黒ゴマちんすこう	牛乳・若鶏もも・絹ごし豆腐	サラダせんべい・米・塩こうじ・ごま油・いりごま・薄力粉・砂糖・油・ごま	もやし・ほうれんそう・にんじん・くりかぼちゃ・たまねぎ・カットわかめ
2	木	牛乳 ソフトせんべい	カバオライス マセドアンサラダ 白菜のスープ	牛乳 クラッカーサンド	牛乳・ぶたひき肉	サラダせんべい・米・油・砂糖・じゃがいも・マヨドレ・クラッカー	たまねぎ・赤ピーマン・しめじ・きゅうり・にんじん・はくさい・いちごジャム
3	金	牛乳 ビスケット	ご飯 さわらの照り焼き フロッコリーサラダ 春キャベツのみそ汁	牛乳 フアマンケーキ	牛乳・さわら・油揚げ・麦みそ	ビスケット・米・砂糖・油・ごま・薄力粉	フロッコリー・きゅうり・にんじん・キャベツ・たまねぎ・青ねぎ
4	土	牛乳 せんべい	チャーハン ほうれん草の胡麻和え 中華スープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたロース・板かまぼこ	サラダせんべい・米・油・ごま・砂糖・ごま油・甘辛せんべい	長ねぎ・コーン・ほうれんそう・にんじん・しめじ・たまねぎ・ゆでたけのこ・カットわかめ
6	月	牛乳 クラッカー	ご飯 鶏肉のコーンフ레이크焼き アスパラとツナのサラダ 春雨スープ	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・若鶏もも皮なし・まぐろ水煮缶詰・若鶏むね・きな粉	ソーダクラッカー・米・マヨドレ・コーンフ레이크・砂糖・油・緑豆はるさめ・マカロニ・スパゲティ	アスパラガス・きゅうり・コーン・チンゲンサイ・にんじん
7	火	牛乳 せんべい	ミートソーススパゲティ かぼちゃサラダ 鶏肉と野菜のスープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・鶏もも(皮なし)・油揚げ	しょうゆせんべい・マカロニ・スパゲティ・油・マヨドレ・米・砂糖	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ホールトマト・トマトケチャップ・くりかぼちゃ・きゅうり・レタス・ごぼう・にんじん
8	水	牛乳 リッツ	ご飯 鮭のコーンクリーム焼き 白菜のおひたし 里芋のみそ汁	お茶 フルーツポンチ	牛乳・さけ・しらす干し・かつお節・麦みそ	クラッカー・米・マヨドレ・さといも	コーン缶詰クリーム・はくさい・きゅうり・にんじん・たまねぎ・カットわかめ・みかん缶詰・黄桃缶・バナナ・パイナップル缶詰・レモン果汁
9	木	牛乳 ソフトせんべい	中華丼 豆腐とワカメのスープ バナナ	牛乳 大学芋	牛乳・ぶた肉・絹ごし豆腐	サラダせんべい・米・油・砂糖・片栗粉・さつまいも・なたね油・三温糖・いりごま	はくさい・たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・青ねぎ・ほうれんそう・もやし・バナナ
10	金	牛乳 ビスケット	ご飯 さわらの西京焼き 切干し大根サラダ 花麩のすまし汁	牛乳 オレンジケーキ	牛乳・さわら・甘みそ	ビスケット・米・マヨドレ・いりごま・花麩・ホットケーキミックス・砂糖・油	切干しだいこん・きゅうり・にんじん・チンゲンサイ・生しいたけ・たまねぎ・オレンジジュース
11	土	牛乳 せんべい	焼き鳥丼 ほうれん草ナムル 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・若鶏もも・絹ごし豆腐・麦みそ	サラダせんべい・米・片栗粉・油・砂糖・ごま油・ごま・ペジタバー	たまねぎ・焼きのり・ほうれんそう・もやし・にんじん・キャベツ・えのきたけ
13	月	牛乳 クラッカー	ご飯 照り焼きチキン ビーンズサラダ 玉ねぎスープ	牛乳 米粉の蒸しパン	牛乳・若鶏もも・大豆水煮缶詰・豆乳	ソーダクラッカー・米・砂糖・じゃがいも・米粉・油・甘納豆(あずき)	ゆでフロッコリー・にんじん・きゅうり・たまねぎ
14	火	牛乳 せんべい	遠足 お弁当持参	お茶 じゃがいももち	牛乳	じゃがいも・片栗粉・しょうゆ・なたね油	
15	水	牛乳 リッツ	五目うどん 大根とツナのサラダ フルーツゼリー	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳・ぶた肉・油揚げ・まぐろ水煮缶詰	クラッカー・ゆでうどん・砂糖・ゼリー・米・いりごま	はくさい・にんじん・えのきたけ・青ねぎ・だいこん・きゅうり

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)
1.2歳	453	19	16	242	1.3	73	0.25	0.39	20	3.4	1.4
3歳以上	495	21	15	187	1.7	51	0.29	0.36	26	4.3	1.5

令和 8年



4月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PM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
16	木	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 鶏肉の香り焼き スパゲティサラダ コーンスープ	牛乳 みかん寒天	牛乳・鶏もも・ツナ缶・ 豆乳	サラダせんべい・米・マカ ロニ・スパゲティ・マヨド レ・油・砂糖	にんにく・青ねぎ・きゅうり・ にんじん・コーン・たまねぎ・ コーン缶詰クリーム・オレンジ ジュース・みかん缶詰
17	金	牛乳 ビスケット	奈良茶めし さばの塩焼き うりもみ にゅうめん汁  ★食育献立 奈良県の郷土料理	牛乳 しきしき	牛乳・大豆水煮缶詰・さ ば・板かまぼこ・油揚 げ・麦みそ	ビスケット・米・そうめ ん・ホットケーキミック ス・油	きゅうり・キャベツ・にんじ ん・生しいたけ・こねぎ・りん ごジャム
18	土	牛乳 せんべい	豚丼 コンソメポテト 大根の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・麦みそ	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・じゃがいも・源氏パ イ	たまねぎ・にんじん・パセリ・ だいこん・ほうれんそう
20	月	牛乳 クラッカー	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ 豆乳スープ	お茶 フライドポテト	牛乳・鶏もも(皮なし)・ まぐろ水煮缶詰・豆乳	ソーダクラッカー・米・ マカロニ・スパゲティ・マ ヨドレ・じゃがいも・油・ 薄力粉・片栗粉	マーマレードジャム・きゅう り・にんじん・ほうれんそう・ たまねぎ
21	火	牛乳 せんべい	ご飯 サケの照り焼き もやしときゅうりのナムル かぼちゃのすまし汁 オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・さけ	しょうゆせんべい・米・砂 糖・ごま油・ごま・マシュ マロ・リッツ	だいずもやし・にんじん・きゅ うり・くりかぼちゃ・たまね ぎ・しめじ・オレンジ
22	水	牛乳 リッツ	ご飯 肉じゃが 切干大根の昆布和え もずくの味噌汁	牛乳 レモンケーキ	牛乳・ぶた肉・油揚げ・ 麦みそ・豆乳	クラッカー・米・じゃがい も・油・しらたき・砂糖・ ごま油・しろごま・ホット ケーキミックス	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・切干しだいこん・きゅ うり・塩昆布・もずく・キャ ベツ・レモン果汁
23	木	牛乳 ソフトせんべい	焼きそば 小松菜の納豆和え 竹の子のスープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ぶた肉・納豆・削 り節	サラダせんべい・中華め ん・米	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・青ねぎ・あおのり・こまつ な・にんじん・にら・たけのこ 水煮缶詰・もやし
24	金	牛乳 ビスケット	菜めし 鶏のから揚げ きゅうりの中華サラダ レタスのスープ 桃缶 ★誕生日会メニュー	牛乳 ココアカップケーキ	牛乳・若鶏もも・ちく わ・豆乳	ビスケット・ご飯・片栗 粉・油・砂糖・ごま油・ ホットケーキミックス・ホ イップクリーム	菜飯の素・きゅうり・にんじ ん・レタス・たまねぎ・コー ン・白桃缶・バナナ
25	土	牛乳 せんべい	厚揚げ丼 ゴマダレサラダ あおさスープ	牛乳 お菓子	牛乳・生揚げ・ぶたひき 肉・ちくわ	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・片栗粉・サッポロポ テト	えのきたけ・にんじん・ゆでさ やいんげん・ゆでブロッコ リー・きゅうり・あおさ・たま ねぎ
27	月	牛乳 クラッカー	ご飯 さばのしょうが煮 ポテトサラダ なめこの味噌汁	お茶 パインとみかんのゼリー	牛乳・さば・麦みそ	ソーダクラッカー・米・ 砂糖・じゃがいも・マヨド レ	しょうが・にんじん・きゅう り・なめこ・だいこん・ほうれ んそう・みかん缶詰・パイン アップル缶詰
28	火	牛乳 せんべい	ご飯 ホークチャップ ひじきサラダ 野菜スープ	牛乳 人参蒸しパン	牛乳・ぶたかた・豆乳	しょうゆせんべい・米・薄 力粉・油・砂糖・米粉	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・乾ひじき・キャ ベツ・きゅうり・アスパラガス・ にんじん・しめじ
30	木	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 さわらのカレー風味焼き 春雨サラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さわら・かにかま ぼこ・絹ごし豆腐・麦み そ・きな粉	サラダせんべい・米・薄力 粉・油・はるさめ・砂糖・ ごま油	きゅうり・にんじん・こまつ な・たまねぎ・バナナ