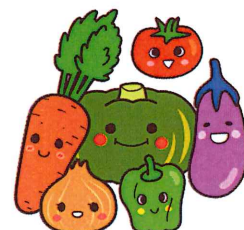




令和8年4月1日
矢田野こども園

ご入園・ご進級おめでとうございます。

今年度も子ども達が安心して過ごせるよう、食を通して支えていきたいと考えています。毎日のこども園での食事が子ども達にとって栄養を摂るだけでなく、お友達や先生との楽しい時間となるように取り組んでいきます。



- ★新鮮で安全性の高い食材を使用しています。
- ★できる限り家庭的な献立、素材の味を生かした調理をしています。
- ★栄養バランス、質、嗜好を考慮した献立です。
- ★個々の発達に合わせた食事形態で提供しています。
- ★よく噛んで味わって食べることができるように、切り方や調理を工夫しています。
- ★旬の食材を取り入れ、季節を感じるように配慮しています。
- ★行事食や郷土料理などの伝統的な食事を取り入れ、バラエティーに富んだメニューにするよう心がけています。



◎ひよこ・うさぎ・あかぐみ◎
(0, 1, 2歳児)
☆午前のおやつ
☆昼食
☆午後のおやつ

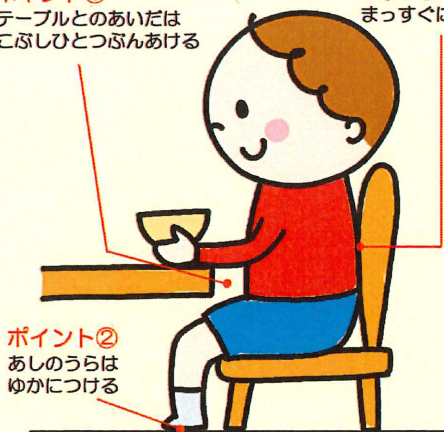


◎もも・き・あおぐみ◎
(3, 4, 5歳児)
☆昼食
☆午後のおやつ

ただししいせいで たべてますか？

ポイント①
テーブルとのあいだは
こぶしひとつぶんあける

ポイント③
せなかを
まっすぐにする



ポイント②
あしのうらは
ゆかにつける

◆ご家庭へのお願い◆
※必ず朝食を食べてから登園
をしてください。

朝食を欠食すると、午前中に
元気よく活動できません。ま
た空腹状態が続くと、食欲が
低下し食事をおいしく食べる
ことができません。朝食を食
べることで体温が上がり、脳
や身体にスイッチが入りま
す。

早寝・早起き・朝ごはんを心
がけましょう。



風除室に毎日の給食の
サンプルを展示していま
す。ももぐみ(3歳児)
の分量を盛りつけてあり
ます。

参考にしてください。
ケースの横には人気メニ
ューのレシピもおいてあ
りますのでおうちで作っ
てみてください。

4月 献立表 幼児食

★矢田野こども園における栄養目標★

◎未満児◎ エネルギー494kcal たんぱく質12.4～24.7g 脂質11.0～16.5g 食塩相当量1.6g未満
 ○以上児○ エネルギー598kcal たんぱく質14.5～30.2g 脂質12.9～20.1g 食塩相当量1.6g未満

2026年 4月

矢田野こども園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 水	ゆかりごはん 魚のカレー揚げ 切り干し大根のゴマネーズ和え 味噌汁	◎お茶 ウエハース ◎牛乳 コーンフ레이크クッキー	赤魚、ロースハム、油揚げ、卵	切干しだいこん、にんじん、きゅうり、コーン缶、かぼちゃ、たまねぎ	精白米、薄力粉、米粉、大豆油、いりごま、有塩バター、三温糖、コーンフ레이크、ホットケーキミックス、サラダ油	ゆかり粉、食塩、こしょう、カレー粉、マヨネーズ、穀物酢、かつおだし、みみそ、麦茶、ウエハース
2 木	ごはん ぎょうざ入りスープ 和風サラダ りんご	◎お茶 ビスケット ◎牛乳 せんべい	豚かた肉、焼き竹輪、牛乳	チンゲンサイ、たけのこ、長ねぎ、にんじん、しいたけ、きゅうり、レタス、りんご	精白米、冷凍ぎょうざ、大豆油、ごま油、すりごま、三温糖	鶏がらだし、こいくちしょうゆ、食塩、合成清酒、みりん風調味料、マヨネーズ、トマトケチャップ、麦茶、ハードビスケット、甘辛せんべい
3 金	ごはん 白味噌ポトフ 揚げ大豆の小魚からめ 煮豆(未満児) きゅうりの南蛮	◎お茶 せんべい ◎ヨーグルト ウエハース	鶏もも肉、ウインナーソーセージ、大豆、かえり干し、ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり	精白米、じゃがいも、いりごま、大豆油、三温糖、ごま油	煮干しだし、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、合成清酒、みみそ、食塩、穀物酢、トウバンジャン、麦茶、甘辛せんべい、ウエハース
4 土	ラーメン 野菜ラーメン チーズ 味付小魚	◎お茶 ビスケット	豚肉、蒸しかまぼこ、プロセスチーズ、味付小魚	たまねぎ、にんじん、りょくとうもやし	中華めん、ごま油	中華だし、こいくちしょうゆ、食塩、こしょう、麦茶、ハードビスケット
6 月	カレーライス チキンカレーシチュー ドレッシングサラダ トマト	◎お茶 せんべい ◎牛乳 ジャムロール(うさぎ、ひよこパン)	鶏もも肉、プレーンヨーグルト、卵、牛乳	にんじん、たまねぎ、りんご、しょうが、にんにく、野菜ミックスジュース、きゅうり、レタス、カットわかめ、みかん缶、トマト、いちごジャム	精白米、じゃがいも、薄力粉、三温糖、調合油、ごま油、ロールパン、マーガリン	カレー粉、コンソメ、こいくちしょうゆ、ウスターソース、カレールウ、穀物酢、麦茶、甘辛せんべい
7 火	ごはん マーボー豆腐 春巻き ほうれん草のナムル	◎お茶 ポーロ ◎牛乳 ビスケット	木綿豆腐、豚ひき肉、ロースハム、牛乳	長ねぎ、新しょうが、にんにく、青ピーマン、にんじん、ほうれんそう、りょくとうもやし	精白米、三温糖、調合油、ごま油、かたくり粉、大豆油、ポーロ	こいくちしょうゆ、テンメンジャン、鶏がらだし、春巻き、穀物酢、麦茶、ハードビスケット
8 水	ごはん 鮭のムニエル パンキンサラダ 味噌汁	◎お茶 ビスケット ◎牛乳 せんべい	さけ、ロースハム、厚揚げ、牛乳	かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、キャベツ	精白米、薄力粉、有塩バター	食塩、白こしょう、マヨネーズ、かつおだし、みみそ、麦茶、ハードビスケット、甘辛せんべい
9 木	ごはん 鶏肉のマーメレード煮 ブロッコリーと卵のサラダ きのこスープ	◎お茶 せんべい ◎牛乳 大学いも	鶏むね肉、卵、ロースハム、牛乳	オレンジマーメレード、ブロッコリー、にんじん、ぶなしめじ、えのきたけ、しいたけ、りょくとうもやし	精白米、かたくり粉、大豆油、さつまいも、いりごま、三温糖	食塩、白こしょう、こいくちしょうゆ、マヨネーズ、コンソメ、麦茶、甘辛せんべい、穀物酢
10 金	ごはん 煮込みハンバーグ マッシュポテト わかめスープ	◎お茶 ウエハース ◎ミルクココア クラッカー	牛ひき肉、豚ひき肉、牛乳、卵、ロースハム、絹ごし豆腐	たまねぎ、ぶなしめじ、にんじん、グリーンピース、カットわかめ	精白米、パン粉、三温糖、じゃがいも、有塩バター	こいくちしょうゆ、トマトケチャップ、コンソメ、マヨネーズ、食塩、白こしょう、鶏がらだし、麦茶、ウエハース、ピュアココア、クラッカー
11 土	オムそば オムそば チーズ 味付小魚	◎お茶 ポーロ	豚かた肉、卵、プロセスチーズ、味付小魚	りょくとうもやし、あおのり	中華めん、ポーロ	焼きそばソース、食塩、白こしょう、麦茶
13 月	ごはん 手作りさつま揚げ コールスローサラダ 味噌汁	◎お茶 ビスケット ◎ヨーグルトあえ	すけとうだら、木綿豆腐、卵、ロースハム、プレーンヨーグルト	長ねぎ、新しょうが、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、たまねぎ、えのきたけ、みかん缶、白桃缶、バナナ、りんご	精白米、かたくり粉、三温糖、大豆油、じゃがいも	こいくちしょうゆ、みみそ、マヨネーズ、かつおだし、麦茶、ハードビスケット
14 火	食パン にんじんのポタージュ ポイルウインナー ひじきサラダ(みかん)	◎お茶 パナナ ◎牛乳 マカロニきなこ	牛乳、生クリーム、ウインナーソーセージ、きな粉	たまねぎ、にんじん、干しひじき、レタス、きゅうり、みかん缶、バナナ	食パン、じゃがいも、コーンフ레이크、薄力粉、有塩バター、三温糖、ごま油、マカロニ	食塩、白こしょう、コンソメ、こいくちしょうゆ、穀物酢、麦茶
15 水	わかめごはん 江戸っ子煮 パンサンスー オレンジ	◎お茶 せんべい ◎牛乳 ビスケット	大豆、牛かた肉、高野豆腐、ロースハム、卵、牛乳	にんじん、たけのこ、りりりこんぶ、きゅうり、バレンシアオレンジ	精白米、車ふ、しらたき、三温糖、はるさめ、調合油、ごま油	炊き込みわかめ、こいくちしょうゆ、合成清酒、穀物酢、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット

16 木	ごはん 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ 味噌汁	○お茶 ポーロ ◎牛乳 せんべい	豚かた肉、ロースハム、油揚げ、牛乳	新しょうが、たまねぎ、にんじん、にら、きゅうり、りんご、コーン缶、こまつな	精白米、三温糖、調合油、かたくり粉、じゃがいも、ポーロ	こいくちしょうゆ、マヨネーズ、かつおだし、米みそ、麦茶、甘辛せんべい
17 金	たけのこごはん 鶏のからあげ マカロニサラダ すまし汁	○りんごジュース(うさぎ、ひよこお茶せんべい) ◎ココアムース ウエハース(ひよこさぎ牛乳)	油揚げ、鶏むね肉、卵、ロースハム、絹ごし豆腐	たけのこ、干しいたけ、にんじん、しょうが、にんにく、きゅうり、コーン缶、えのきたけ、糸みつば、りんごジュース	精白米、三温糖、かたくり粉、大豆油、マカロニ、ココアムース	こいくちしょうゆ、合成清酒、本みりん、マヨネーズ、花麩、かつお・昆布だし、食塩、ウエハース
18 土	パン パン給食 ココアムース	○お茶 ビスケット	牛乳		ロールパン、ココアムース	麦茶、ハードビスケット
20 月	ハヤシライス ハヤシライス ちりじゃこサラダ トマト	○お茶 せんべい ◎牛乳 ビスケット	牛かた肉、生クリーム、ちりめんじゃこ、牛乳	たまねぎ、にんじん、コーン缶、グリんピース、レタス、きゅうり、りんご、トマト	精白米、調合油、米粉、三温糖	コンソメ、トマトケチャップ、ウスターソース、ハヤシルウ、穀物酢、こいくちしょうゆ、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット
21 火	ごはん チキンカツ ツナサラダ 味噌汁	○お茶 ビスケット ◎ジョア クラッカー(ひよこさぎ牛乳)	鶏むね肉、卵、ツナ缶、絹ごし豆腐	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、なめこ、たまねぎ	精白米、薄力粉、パン粉、大豆油、ジョア	ウスターソース、トマトケチャップ、マヨネーズ、かつおだし、米みそ、麦茶、ハードビスケット、クラッカー
22 水	ごまにぎり 魚の立田揚げ 小松菜の納豆あえ 味噌汁	○お茶 ポーロ ◎牛乳 さつまいも蒸しパン	さば、挽きわり納豆、削り節、油揚げ、牛乳、卵	しょうが、こまつな、りよくとうもろし、にんじん、だいこん	精白米、いりごま、かたくり粉、大豆油、ポーロ、さつまいも、ホットケーキミックス、三温糖、調合油	食塩、こいくちしょうゆ、合成清酒、かつおだし、米みそ、麦茶
23 木	食パン ボークビーンズ ちくわサラダ アニマルチーズ	○お茶 パナナ ◎ミルクココア ビスケット(ひよこさぎ牛乳)	大豆、豚かた肉、焼き竹輪、プロセスチーズ、牛乳	たまねぎ、にんじん、にんにく、ホルトマト缶、キャベツ、きゅうり、コーン缶、バナナ	食パン、じゃがいも、調合油、三温糖	トマトケチャップ、ウスターソース、コンソメ、食塩、マヨネーズ、穀物酢、麦茶、ピュアココア、ハードビスケット
24 金	ごはん 野菜のオムレツ スパゲティサラダ(ツナ) チンゲン菜のスープ	○お茶 ウエハース ◎くだものゼリー 味付小魚(ひよこさぎ牛乳せんべい)	ベーコン、プロセスチーズ、卵、牛乳、ツナ缶、味付小魚	たまねぎ、トマト、パセリ、キャベツ、にんじん、コーン缶、チンゲンサイ	精白米、じゃがいも、有塩バター、スパゲッティ、オリーブ油、くだものゼリー	食塩、白こしょう、コンソメ、マヨネーズ、こいくちしょうゆ、麦茶、ウエハース
25 土	うどん 親子うどん チーズ 味付小魚	○お茶 せんべい	鶏もも肉、卵、プロセスチーズ、味付小魚	たまねぎ	うどん、三温糖	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、食塩、麦茶、甘辛せんべい
27 月	きなごごはん 肉じゃが きりぼしサラダ(じゃこ) トマト	○お茶 ポーロ ◎牛乳 ミシュケ	きな粉、牛かた肉、ちりめんじゃこ、牛乳、卵、プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん、さやいんげん、切干しだいこん、きゅうり、トマト、干しぶどう	精白米、じゃがいも、しらたき、調合油、三温糖、ごま油、ポーロ、薄力粉、有塩バター、大豆油	こいくちしょうゆ、穀物酢、麦茶
28 火	ごはん たけのこの含め煮 甘辛肉団子 フロッキーのゴマネーズあえ	○お茶 せんべい ◎のむヨーグルト ビスケット(ひよこさぎ牛乳)	厚揚げ、ロースハム、飲むヨーグルト	たけのこ、にんじん、りしりこんぶ、ブロッコリー、キャベツ	精白米、車ぶ、三温糖、調合油、すりごま	こいくちしょうゆ、合成清酒、本みりん、ミートボール、マヨネーズ、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット
30 木	ごはん 豚肉のケチャップ炒め さつまいもサラダ かきたまスープ	○お茶 ビスケット ◎フルーチェ(ひよこさぎ牛乳せんべい)	豚かた肉、卵、牛乳	たまねぎ、青ピーマン、ぶなしめじ、きゅうり、レタス、にんじん、りんご、チンゲンサイ、えのきたけ	精白米、かたくり粉、三温糖、調合油、さつまいも	トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、ウスターソース、マヨネーズ、食塩、白こしょう、鶏がらだし、麦茶、ハードビスケット、フルーチェ