



みずほ
こどもえん

給食だより 4月

令和8年

新年度を迎え、新しい生活が始まりました。子どもたちが、楽しく1日を送るために生活リズムを整えていく中で、これから1年、季節の食材を取り入れていながらお給食を通して心と体の成長のお手伝いをしていきたいと思ひます。



日・曜日	献立名			おやつ	材料名 (アレルギーのお子様は除去食での対応となります)
1 水	ふりかけごはん	わかめのみそ汁	豚肉豆腐	牛乳	🍏 きなこクッキー ふりかけごはん (米、ふりかけ) わかめのみそ汁 (玉葱、人参、わかめ) 豚肉豆腐 (豚肉、焼き豆腐、玉葱、人参、小松菜、糸こんにゃく) きなこクッキー (小麦粉、きな粉、バター)
2 木	春野菜カレー	中華春雨サラダ	くだもの	牛乳	🍏 ベーコンチーズマフィン 春野菜カレー (米、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、ゆで筍) 中華春雨サラダ (ハム、人参、きゅうり、きくらげ、春雨、ごま) ベーコンチーズマフィン (ベーコン、玉葱、チーズ、玉子、牛乳、小麦粉、BP、サラダ油)
3 金	ロールパン	麻婆うどん	キャベツとアスパラのサラダ	牛乳	🍏 フルーツヨーグルト 麻婆うどん (うどん玉、豚ひき肉、玉葱、人参、にんにく、生姜、豆腐) キャベツとアスパラのサラダ (キャベツ、人参、アスパラ、ツナ缶、コーン缶) フルーツヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、バナナ、フルーツカクテル缶)
4 土	筑前飯	じゃが芋のみそ汁	もやしのナムル	牛乳	🍏 揚げパン 筑前飯 (米、鶏ひき肉、人参、板こんにゃく、ごぼう) じゃが芋のみそ汁 (玉葱、人参、じゃが芋) もやしのナムル (もやし、ほうれん草、にんにく、黒ごま) 揚げパン (丸パン)
5 日					
6 月	わかめごはん	春の豚汁	厚揚げの五目煮	牛乳	🍏 焼き芋 わかめごはん (米、じゃこ、人参、生姜、わかめ、ごま) 春の豚汁 (豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ゆで筍、スナップえんどう) 厚揚げの五目煮 (鶏もも肉、煮大豆、糸こんにゃく、人参、厚揚げ) 焼き芋 (さつまい芋)
7 火	ごはん	かぼちゃのみそ汁	チキンピカタ	牛乳	🍏 黒糖蒸しパン かぼちゃのみそ汁 (玉葱、人参、かぼちゃ、あげ) チキンピカタ (鶏もも肉、玉子) 春雨ソテー 黒糖蒸しパン (黒糖、小麦粉、BP、牛乳)
8 水	ロールパン	中華五目ラーメン	きゅうりと黒ごまのサラダ	牛乳	🍏 りんごのコンポート 中華五目ラーメン (ちゃんぽん玉、豚肉、キャベツ、人参、玉葱、小松菜、れんこん) きゅうりと黒ごまのサラダ (きゅうり、レタス、ちくわ、黒ごま) りんごのコンポート (りんご、レモン)
9 木	丸パン	わかめスープ	みそ焼肉	牛乳	🍏 ヤクルトとおかし わかめスープ (玉葱、人参、わかめ) みそ焼肉 (豚肉、人参、レタス)
10 金	ごはん	貝だくさんみそ汁	サバの煮付け	牛乳	🍏 オレンジケーキ 貝だくさんみそ汁 (玉葱、人参、もやし、キャベツ、えのき、焼き豆腐) サバの煮付け (サバ、生姜) 粉ふき芋 オレンジケーキ (小麦粉、BP、玉子、バター、牛乳、マーメイドジャム)
11 土	そばろごはん	すり身のすまし汁	アスパラガスソテー	牛乳	🍏 セサミ豆腐ドーナツ そばろごはん (米、鶏ひき肉、玉葱、人参) すり身のすまし汁 (白身魚のすり身、玉葱、人参、しめじ) アスパラガスソテー (ソーセージ、アスパラ、玉葱、人参、赤パプリカ、黄パプリカ、にんにく、コーン缶) セサミ豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス、豆腐、ごま、黒ごま)
12 日					
13 月	玄米ブレッド	ココロ野菜スープ	とりごぼうの和風パスタ	牛乳	🍏 フルーツポンチ ココロ野菜スープ (大根、人参、じゃが芋、コーン缶) とりごぼうの和風パスタ (鶏もも肉、玉葱、人参、ごぼう、スパゲティ、きざみのり) フルーツポンチ (バナナ、りんご、みかん缶、パイナップル缶、フルーツカクテル缶、りんごジュース)
14 火	ごはん	キャベツのかき玉汁	魚のバーベキューソース風	牛乳	🍏 ココアとバナナのホットケーキ キャベツのかき玉汁 (キャベツ、玉葱、人参、玉子) 魚のバーベキューソース風 (魚、りんご、レモン) レタス ココアとバナナのホットケーキ (ホットケーキミックス、玉子、牛乳、豆腐、バナナ、純ココア)
15 水	🌸 歓迎えんそく 🌸				
16 木	ロールパン	きつねうどん	かみかみサラダ	牛乳	🍏 さつまい芋のオレンジ煮 きつねうどん (うどん玉、人参、玉葱、寿司あげ) かみかみサラダ (人参、れんこん、大根、きゅうり、小松菜、じゃこ、ツナ缶、コーン缶、きくらげ) さつまい芋のオレンジ煮 (さつまい芋、オレンジジュース)
17 金	ごはん	大根のみそ汁	おさかなバーグ	牛乳	🍏 あべ川マカロニ 大根のみそ汁 (大根、人参、玉葱、あげ) おさかなバーグ (イワシミンチ、鶏ひき肉、玉葱、生姜) ブロッコリー あべ川マカロニ (マカロニ、きな粉)
18 土	チキンライス	コーンスープ	いも天	牛乳	🍏 いちごヨーグルト チキンライス (米、鶏もも肉、玉葱、人参、ピーマン) コーンスープ (玉葱、人参、玉子、コーン缶) いも天 (さつまい芋、天ぷら粉) いちごヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、いちごジャム)
19 日					
20 月	肉みそ丼	かぼちゃのスープ	くだもの	牛乳	🍏 お好み焼き 肉みそ丼 (米、豚ひき肉、人参、生しいたけ、玉葱) かぼちゃのスープ (かぼちゃ、玉葱、人参、玉子、コーンクリーム缶) お好み焼き (ベーコン、キャベツ、もやし、コーン缶、玉子、小麦粉、牛乳、天かす)
21 火	ロールパン	わかめラーメン	レタスとツナのサラダ	牛乳	🍏 プリンとおかし わかめラーメン (ちゃんぽん玉、豚肉、白菜、人参、もやし、わかめ) レタスとツナのサラダ (レタス、トマト、きゅうり、ツナ缶)
22 水	ごはん	豆腐汁	魚のカレーマヨネーズ焼き	牛乳	🍏 パンプディング 豆腐汁 (鶏ひき肉、大根、人参、玉葱、ちくわ、豆腐) 魚のカレーマヨネーズ焼き (魚、玉葱、人参、ピーマン、生しいたけ) マカロニ炒め パンプディング (食パン、玉子、牛乳、バニラオイル、ジャム)
23 木	たけのこごはん	つみれ汁	厚揚げの油淋鶏風	牛乳	🍏 みかんヨーグルト たけのこごはん (米、鶏もも肉、人参、ごぼう、あげ、ゆで筍) つみれ汁 (イワシミンチ、生姜、玉葱、人参、じゃが芋) 厚揚げの油淋鶏風 (厚揚げ、生姜、ごま、白葱) みかんヨーグルト (スキムミルク、カルチャー、バナナ、みかん缶)
24 金	黒パン	トマトとにんにくのスープ	春キャベツの八宝菜	牛乳	🍏 大学芋 トマトとにんにくのスープ (トマト、にんにく、小松菜、玉子) 春キャベツの八宝菜 (ムキエビ、豚肉、生姜、キャベツ、ゆで筍、アスパラ) 大学芋 (さつまい芋、黒ごま)
25 土	ガーリックライス	かき玉汁	ちくわの磯辺揚げ	牛乳	🍏 黒ごまラスク ガーリックライス (米、ベーコン、玉葱、人参、ピーマン、にんにく) かき玉汁 (玉葱、えのき、玉子) ちくわの磯辺揚げ (ちくわ、青のり) 黒ごまラスク (ロールパン、黒ごま、粉糖)
26 日					
27 月	メロンパン	野菜スープ	五目厚焼き卵	牛乳	🍏 ちょぼちょぼ抹茶ボーロ 野菜スープ (玉葱、人参、キャベツ、かぼちゃ、ブロッコリー、チンゲン菜) 五目厚焼き卵 (鶏ひき肉、玉葱、人参、ゆで筍、生しいたけ、玉子) おからサラダ ちょぼちょぼ抹茶ボーロ (玉子、バター、小麦粉、片栗粉、BP、抹茶)
28 火	ロールパン	かやくうどん	コーンサラダ	牛乳	🍏 青のりポテトビーンズ かやくうどん (うどん玉、鶏もも肉、玉葱、人参、あげ、ちくわ、ほうれん草、えのき) コーンサラダ (トマト、きゅうり、コーン缶) 青のりポテトビーンズ (じゃが芋、煮大豆、青のり)
29 水					
30 木	ごはん	玉子の中華スープ	ささ身と野菜の南蛮漬け	牛乳	🍏 カレーまん 玉子の中華スープ (人参、ゆで筍、生しいたけ、にら、玉子) ささ身と野菜の南蛮漬け (ささ身、玉葱、人参、ピーマン、) ミニトマト カレーまん (豚ひき肉、玉葱、人参、小麦粉、BP、サラダ油、牛乳)