



4月給食予定献立表



ずずらん あさがお
ちゅうりつぷ たんぽぽ
ばら

2026年(令和8年)
認定こども園よしの

| 日 | 曜 | 1歳～5歳児共通献立 | | | | 1・2歳児追加分 | | 3歳以上児の望ましい主食 | |
|----|---|---------------------------|----------------------|----------------------------|-----|-----------|-----|--------------|----------|
| | | 汁もの | 主菜 | 副食 | おやつ | 主食 | おやつ | | |
| 1 | 水 | 根菜カレー | | きゃべつのサラダ | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ○ ごはん |
| 2 | 木 | 小松菜と人参のみそ汁 | 豚肉のマヨだれ | パプリカとツナの中華風炒め | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 3 | 金 | 切干大根とほうれん草のみそ汁 | 照り焼きのりチキン | ひじきと野菜のサラダ | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 4 | 土 | 野菜たっぷりうどん | | 野菜ジュース | バナナ | 牛乳 おかし | うどん | 牛乳 バナナ | おにぎり |
| 6 | 月 | 春雨スープ | 豚肉のおろしソース | ほうれん草おひたし | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 7 | 火 | 舞茸のみそ汁 | すき焼き | 南瓜の甘煮 菜の花あえ(小松菜) | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 8 | 水 | えのきと油揚げのみそ汁 | ビーフソテー | 白菜のお浸し | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 9 | 木 | 白菜のみそ汁 | かぼちゃグラタン | 小松菜の和風サラダ (トマト入り) | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 10 | 金 | 野菜のコンソメスープ | ハンバーグのトマトソースかけ | 昆布とごぼうのきんぴら | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 11 | 土 | 五目うどん | | 野菜ジュース | バナナ | 牛乳 おかし | うどん | 牛乳 バナナ | おにぎり |
| 13 | 月 | 麩とねぎのみそ汁 | 筑前煮 | 粉吹芋 | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 14 | 火 | 大根とねぎのスープ | 肉じゃが | ビーフソテー 白菜のツナ和え | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 15 | 水 | けんちん汁 | ウインナー炒め | 小松菜の塩炒め 納豆 | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 16 | 木 | スペシャルカレー | 照り焼きチキン | スパゲッティサラダ オレンジジュースゼリー | | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ○ ごはん |
| 17 | 金 | 根菜のみそ汁 | 豚肉のつけ焼き | さつま芋煮 青菜のじゃこあえ | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 18 | 土 | ちゃんぽん風うどん | | 野菜ジュース | バナナ | 牛乳 おかし | うどん | 牛乳 バナナ | おにぎり |
| 20 | 月 | ひじきと根菜のみそ汁 | 鶏肉のマヨ焼 | じゃが芋のカントリー煮 ほうれん草のなめ煮あえ | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 21 | 火 | 大根と鶏肉のスープ | 豚肉のごまだれ (しよぶじゃが風) | ちらし鍋ゲティ(付け合わせ) うまっコリー | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 22 | 水 | うどん汁(1・2歳) ラーメン汁(3歳以上) | | トマト入りたたき胡瓜 | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 23 | 木 | チンゲン菜のみそ汁 | タンドリーチキン | ほうれん草と春雨のナムル風 大根きんぴら | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 24 | 金 | 豚汁 | さばのソース焼き | 焼ちくわの炒め煮 プロッコリー | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 25 | 土 | 五目うどん | | 野菜ジュース | バナナ | 牛乳 おかし | うどん | 牛乳 バナナ | おにぎり |
| 27 | 月 | 豆腐とえのきのみそ汁 | 鶏肉の甘辛煮 | マカロニサラダ じゃがいものひじき煮 | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 28 | 火 | じゃがいもと油揚げのみそ汁 | さばのみそ煮 | きゅうりともやしのナムル | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |
| 30 | 木 | 麩と玉ねぎのみそ汁 | 鶏ちゃん焼き | 南瓜の煮物 | バナナ | 牛乳 おかし | ごはん | 牛乳 バナナ | ごはん |

◎ 3歳以上児は家庭からご飯かパン(菓子パンでないもの)を持たせて下さい。
○印の時はごはんの方がよいです。

◎ フルーツは、入荷状況によって変更があります。

| [4月栄養価] | 熱量 | たんぱく質 | 脂質 | 食塩相当量 |
|---------|---------|-------|-------|-------|
| ◎1～2歳児 | 500kcal | 18.9g | 17.2g | 1.3g |
| ◎3～5歳児 | 438kcal | 19.2g | 19.5g | 1.5g |



よしの園 給食だより 4月号

ご入園・ご進級おめでとうございます

令和8年4月号
学校法人香木学園
認定こども園よしの厨房

新しい生活がスタートする4月になりました。環境の変化で疲れやすくなる季節です。
朝ごはんをしっかり食べて、元気に登園しましょう。

厨房は、大門・舟田・大川と3人が担当しています。給食時間が安心して過ごせる楽しいひとときとなり、さまざまな食べ物に親しむきっかけになればと思います。今年度も食べることに楽しさや大切さを感じられる給食づくりを行っていきたくと思っています。

給食の展示

玄関にてその日の給食を展示しています。お迎えの際などにご覧いただき、ご家庭での献立の参考にしていただけたらと思います。

また、給食に使われている食材や料理の内容にも関心を持つ機会になればと思います。給食を通して、食べ物や食事に親しみを持つきっかけとしていただけたらうれしいです。

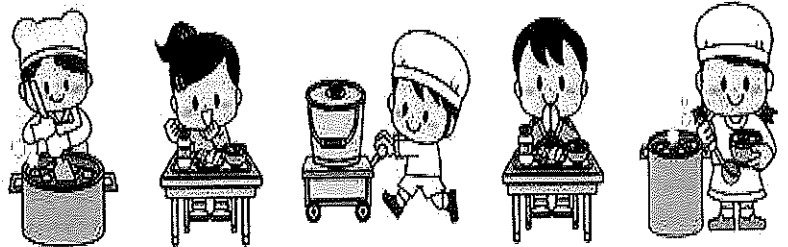


食育活動について

年長クラスでは、食べ物や体への関心を深めることを目的に食育活動を行っています。

3色の栄養のお話を通して食べ物の働きを知ったり、歯磨きの大切さについて学んだりしています。

また、簡単な料理体験も取り入れながら、食材に触れたり、調理する楽しさを感じる機会を大切にしています。食べることへの関心を育てられるように取り組んでいます。



厨房からのお知らせ

3歳以上で給食を食べる場合は、ご家庭からごはんの持参をお願いいたします。量の目安は、100g程度(コンビニのおにぎり1個分くらい)です。食べられる量には個人差がありますので、小食の場合は少なめで大丈夫です。無理のない量をご用意ください。

また、給食からお弁当、またはお弁当から給食へ変更される場合は、前月10日までにお知らせください。ご理解とご協力をお願いいたします。

ご不明な点やご質問がありましたら、お気軽にお知らせください。

