

2025年4月 夕食予定献立表

堺市立こども園

月	火	水	木	金	土
	1 ごはん 鶏肉と大根の炒め煮 小松菜の煮物 新玉葱のみそ汁	2 ごはん 豚肉と新じゃが芋の煮物 もやし炒め すまし汁	3 ごはん 鶏肉の中華炒め 春雨の煮物 すまし汁	4 ごはん 焼魚 ひじきの炒め煮 春キャベツのみそ汁	5 ごはん 豚肉の生姜炒め しろ菜の煮物 みそ汁
	304 15.6 4.0	293 15.5 2.8	295 14.0 3.7	351 18.0 9.9	319 18.5 4.9
	○精白米 ○鶏肉 大根 ○小松菜 にんじん ○えのき茸 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉 じゃがいも 玉葱 ○もやし にんじん ○切葱 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○鶏肉 玉葱 チンゲン菜 ◇土生姜 ○はるさめ きゅうり にんじん ○ゆば しめじ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○◇さば ○◇ひじき ◇れんこん にんじん ○キャベツ 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉 玉葱 ◇土生姜 ○しろ菜 玉葱 にんじん ○豆腐 にんじん ねぎ 昆布 削り節
7 ごはん 鶏肉の味噌風味焼き 厚揚げの煮物 すまし汁	8 ごはん 豚肉の野菜巻き煮 春キャベツのソテー すまし汁	9 ごはん さわらのバターしょうゆ焼き チンゲン菜とツナの炒め煮 新玉葱のみそ汁	10 ごはん 鶏団子煮 ほうれん草ともやしの炒め物 みそ汁	11 ごはん 豚肉と野菜の炒め物 さつま芋の旨煮 すまし汁	12 ごはん 鶏肉のケチャップソース煮 ブロッコリーのソテー みそ汁
340 19.2 5.7	293 16.4 3.6	381 20.0 10.9	321 15.5 6.6	352 18.3 4.6	307 18.6 4.3
○精白米 ○鶏肉 ○◇厚揚げ 玉葱 にんじん ○にんじん 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉 にんじん グリーンアスパラガス ○キャベツ 玉葱 にんじん ○白菜 しめじ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○◇本さくら 小麦粉 ○チンゲン菜 にんじん ツナ缶（水煮） ○切葱 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○◇鶏肉ミンチ 玉葱 ◇土生姜 片栗粉 ○ほうれん草 もやし にんじん ○にんじん 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉 玉葱 にんじん ◇土生姜 ○さつま芋 玉葱 ○豆腐 えのき茸 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○鶏肉 ケチャップ 片栗粉 ○ブロッコリー にんじん ○もやし 玉葱 ねぎ 昆布 削り節
14 ごはん 鶏肉の照焼き ほうれん草とハムの炒め物 新玉葱のみそ汁	15 チャーハン ブロッコリーの煮浸し みそ汁	16 ごはん 豆腐入り野菜あん 小松菜の炒め物 すまし汁	17 ごはん 和風ロールキャベツ にんじんしりしり すまし汁	18 ごはん 鶏肉のホイル焼き ごぼうサラダ みそ汁	19 ごはん 白身魚のチーズ焼き チンゲン菜のソテー すまし汁
339 18.5 4.3	255 11.6 2.6	271 10.8 3.4	329 18.7 3.8	343 23.4 8.2	366 19.0 10.1
○精白米 ○鶏肉 ◇土生姜 ○ほうれん草 玉葱 ◆ハム ○さつま芋 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 豚肉 玉葱 にんじん ねぎ ○ブロッコリー にんじん ○切葱 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豆腐 玉葱 にんじん 片栗粉 ○小松菜 玉葱 ○白菜 しめじ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○キャベツ 豚肉赤身ミンチ 玉葱 パン粉 ○にんじん ツナ缶（水煮） ○大根 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○鶏肉 玉葱 にんじん ○◇ごぼう きゅうり にんじん ◆マヨドレ ○もやし えのき茸 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○白身魚 パン粉 粉チーズ ○チンゲン菜 玉葱 にんじん ○豆腐 にんじん ねぎ 昆布 削り節
21 ごはん 炒り鶏 小松菜とちくわの煮物 すまし汁	22 ごはん 和風煮込みハンバーグ 茹で野菜とグラッセ すまし汁	23 ごはん 鶏肉と新玉葱の炒め物 大豆の磯煮 みそ汁	24 ごはん さわらの利休焼き ほうれん草の煮浸し みそ汁	25 ごはん 豚肉と野菜のバター風味 春キャベツの煮物 すまし汁	26 ごはん 鶏肉の炒め煮 しろ菜の炒め物 みそ汁
314 16.7 5.1	322 17.4 3.9	339 19.2 6.5	348 20.4 8.3	287 16.5 2.9	293 14.2 4.7
○精白米 ○鶏肉 にんじん ◇れんこん 三度豆 ○小松菜 にんじん ◆ちくわ ○豆腐 生しいたけ ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉赤身ミンチ 玉葱 れんこん パン粉 牛乳 片栗粉 ○ブロッコリー にんじん ○えのき茸 にんじん ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○鶏肉 玉葱 ○◇大豆（ゆで） にんじん ◆ひじき ○切葱 玉葱 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○◇本さくら 白ごま ○◇ほうれん草 にんじん ○豆腐 大根 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○豚肉 玉葱 しめじ ○キャベツ 玉葱 にんじん ○ゆば 白菜 ねぎ 昆布 削り節	○精白米 ○鶏肉 玉葱 ◆たけのこ（水煮） にんじん ◇土生姜 ○しろ菜 玉葱 ○もやし 干しわかめ ねぎ 昆布 削り節
28 ごはん 煮豚 チンゲン菜の炒め煮 みそ汁		30 ごはん 鶏肉のカレーマヨ焼き スパゲティソテー すまし汁	 ☆献立表は、幼児食が基本となっています。 0～1歳児では、年齢に応じた内容に変更する場合があります。 		
368 20.8 10.2		334 21.4 7.2			
○精白米 ○豚肉ロース又はもも肉 ◇土生姜 ○チンゲン菜 もやし にんじん ○豆腐 えのき茸 ねぎ 昆布 削り節		○精白米 ○鶏肉 ◆マヨドレ ○スパゲティ 玉葱 にんじん グリーンアスパラガス ○しめじ にんじん ねぎ 昆布 削り節			