

4月献立表

(完了)

2026年

品川学藝保育園

曜日	日付		昼食	材料名(産地)				おやつ(午前)		おやつ(午後)		栄養価
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの働きを助けるもの	主に脂やかのもとになるもの	調味料	献立	献立	材料		
水	1	15	麻婆豆腐 三色ナムル 軟飯 スープ 麦茶	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・生しいたけ もやし・ほうれん草・人参 オクラ・白菜	油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ 麦茶	牛乳	シュガートースト オレンジ 牛乳	食パン・バター 砂糖 オレンジ 牛乳	エ 361 kcal た 15.1 g 脂 12.9 g Ca 232 mg 塩 1.9 g	
木	2	16 30	ローストチキン 春キャベツサラダ ロールパン スープ 麦茶	鶏肉	しょうが 春キャベツ・きゅうり・コーン・人参 さやいんげん・玉ねぎ	油 砂糖・油 ●バターロールパン さつま芋	塩・醤油・料理酒 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	お麩のきなこラスク バナナ(30日みかん缶) 牛乳	おつゆ餅・バター 砂糖・きな粉 バナナ 牛乳	エ 328 kcal た 16.1 g 脂 14.4 g Ca 192 mg 塩 1.4 g	
金	3	17	豚肉の生姜炒め マカロニサラダ 軟飯 味噌汁 麦茶	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが きゅうり・人参 キャベツ・えのきたけ	油・砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・みりん風調味料・料理酒 だし 麦茶	牛乳	野菜パンケーキ オレンジ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース オレンジ 牛乳	エ 484 kcal た 20.4 g 脂 20.8 g Ca 240 mg 塩 1.0 g	
土	4	18	和風あんかけ丼 春雨サラダ 味噌汁 麦茶	豚肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン きゅうり・人参 わかめ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 春雨・調合ごま油・砂糖	だし・醤油・本みりん 酢・醤油 だし 麦茶	牛乳	きなこマカロニ パン 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 パンアップル 牛乳	エ 408 kcal た 16.2 g 脂 11.4 g Ca 230 mg 塩 1.3 g	
月	6	20	カレーライス ひじきの五品目サラダ スープ 麦茶	豚肉 ちくわ	玉ねぎ・人参 ひじき・ブロッコリー・人参・コーン 白菜・エリンギ・オクラ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・本みりん・だし コンソメ 麦茶	牛乳	バナナヨーグルト オレンジ 麦茶	バナナ・ヨーグルト 砂糖 オレンジ 麦茶	エ 423 kcal た 15.1 g 脂 14.5 g Ca 201 mg 塩 1.3 g	
火	7	21	塩ラーメン 焼さつま芋 ほうれん草のしらす和え 麦茶	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・春キャベツ ほうれん草・もやし	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 塩 醤油 麦茶	牛乳	ウィンナーピラフ バナナ 牛乳	米(国産)・コンソメ・塩・ウィンナー 人参・玉ねぎ・油 バナナ 牛乳	エ 393 kcal た 15.2 g 脂 13.3 g Ca 213 mg 塩 2.1 g	
水	8	22	白身魚のおかか焼 じゃが芋のそぼろ煮 軟飯 味噌汁 麦茶	たら・かつお節 豚ひき肉 赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・玉ねぎ	砂糖・小麦粉・油 じゃが芋・油・砂糖 米(国産) おつゆ餅	醤油・本みりん 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	焼そば オレンジ 牛乳	焼きそば用種・人参・もやし・春キャベツ 油・中濃ソース・かつお節・あおさのり オレンジ 牛乳	エ 345 kcal た 17.4 g 脂 9.6 g Ca 213 mg 塩 1.5 g	
木	9	23	チリコンカン ツナサラダ パン スープ 麦茶	大豆・豚ひき肉 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・にんにく ブロッコリー・コーン・人参 大根・わかめ・えのきたけ	油・砂糖 砂糖・オリーブ油 ●ミルクロールパン	塩・コンソメ・中濃ソース・トマトケチャップ・醤油 酢・塩・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	ふりかけおにぎり バナナ 牛乳	米(国産) ●野菜ふりかけ バナナ 牛乳	エ 354 kcal た 17.1 g 脂 10.8 g Ca 251 mg 塩 1.9 g	
金	10	24	鶏肉の塩こうじ焼 ウィンナーと野菜の炒め物 軟飯 味噌汁 麦茶	鶏肉 ウィンナー 豆腐・赤みそ・白みそ	もやし・ほうれん草 万能ねぎ	油 油 米(国産)	塩こうじ 塩 だし 麦茶	牛乳	ちんすこう風 オレンジ 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 オレンジ 牛乳	エ 395 kcal た 16.4 g 脂 16.6 g Ca 201 mg 塩 1.5 g	
土	11	25	五目うどん ちくわのあおさ焼 ブロッコリーごま和え 麦茶	豚肉・生揚げ ちくわ	白菜・人参・しめじ・わかめ・だし昆布 あおさのり ブロッコリー	うどん 油・砂糖 白ごま・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん 醤油 麦茶	牛乳	おかかおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 バナナ 牛乳	エ 432 kcal た 19.4 g 脂 13.1 g Ca 260 mg 塩 1.9 g	
月	13	27	さけの甘辛焼 オクラと納豆のネバネバ和え 軟飯 豚汁 麦茶	さけ 納豆 豚肉・赤みそ・白みそ	オクラ・きゅうり 大根・人参・万能ねぎ	砂糖・油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油 だし 麦茶	牛乳	スイートポテト オレンジ 牛乳	さつま芋・牛乳 バター・砂糖 オレンジ 牛乳	エ 403 kcal た 19.7 g 脂 13.1 g Ca 245 mg 塩 1.2 g	
火	14	28	肉うどん 青のりポテト 春キャベツのおかか和え 麦茶	豚肉 かつお節	玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり 春キャベツ・ブロッコリー・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 塩 醤油 麦茶	牛乳	しらすごまおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 バナナ 牛乳	エ 395 kcal た 17.2 g 脂 11.2 g Ca 252 mg 塩 1.7 g	

栄養価の平均 エネルギー(エ) 382kcal たんぱく質(た) 15.7g 脂質(脂) 11.9g カルシウム(Ca) 212mg 食塩相当量(食塩) 1.4g

★発注の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいませよう、ご協力のごようしくお願いいたします。



4月献立表



品川学藝保育園

(初期)

2026年

曜日	日付			午前食	主な材料と体内での働き		
					主にからだをつくるもの	主にからだの働きを強えるもの	主に熱や力のもとになるもの
水	1	15		10倍がゆ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参	米(国産)
木	2	16	30	10倍がゆ キャベツのペースト さつまいものペースト		春キャベツ	米(国産) さつまいも
金	3	17		10倍がゆ 人参のペースト きゅうりのペースト		人参 きゅうり	米(国産)
土	4	18		10倍がゆ キャベツのペースト 豆腐のペースト	豆腐	キャベツ	米(国産)
月	6	20		10倍がゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト		ブロッコリー	米(国産) じゃが芋
火	7	21		10倍がゆ さつまいものペースト キャベツのペースト		キャベツ	米(国産) さつまいも
水	8	22		10倍がゆ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト		ほうれん草	米(国産) じゃが芋
木	9	23		10倍がゆ ブロッコリーのペースト 大根のペースト		ブロッコリー 大根	米(国産)
金	10	24		10倍がゆ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参	米(国産)
土	11	25		10倍がゆ ブロッコリーのペースト 白菜のペースト		ブロッコリー 白菜	米(国産)
月	13	27		10倍がゆ 大根のペースト さつまいものペースト		大根	米(国産) さつまいも
火	14	28		10倍がゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト		ブロッコリー	米(国産) じゃが芋

★材料の都合により、献立の一部を変更することもあります。ご了承ください。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいませよう、ご協力の程よろしくお願い致します。