

献立表

2026年04月

こっこ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01 水	昼食	豚豆腐丼 みそ汁(わ豆)	米、砂糖	焼き豆腐、豚肉 みそ	たまねぎ、しらたき、にんじん、ねぎ 生わかめ、青梗菜、しめじ	しょうゆ、みりん、酒 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 市販菓子 幼:りんご	市販菓子	牛乳	りんご	
02 木	昼食	御飯 ホイコーロー すまし汁	米 油	豚肉、みそ	キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん	中華スープ、本みりん、しょうゆ えのきたけ、生わかめ、だいこん
	午後おやつ	牛乳 おふのラスク するめ	砂糖、焼ふ(板ふ)	牛乳 バター するめ		
03 金	昼食	きつねごはん 棒棒鶏サラダ みそ汁(白南葱)	米、砂糖 ごま、砂糖	油揚げ ササミ 麦みそ	にんじん きゅうり、にんじん、もやし かぼちゃ、はくさい、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 米酢、しょうゆ、酒、みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
04 土	昼食	肉わかめうどん 南瓜の煮物	ゆでうどん、砂糖 砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん、生わかめ、ねぎ かぼちゃ、いんげん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち) しょうゆ、本みりん
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
06 月	昼食	カレーライス コールスローサラダ	米、じゃがいも、油 マヨネーズ、砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、コーン(冷凍)	カレールウ りんご酢
	午後おやつ	牛乳 みかんゼリー 市販菓子	砂糖 市販菓子	牛乳	みかん缶、オレンジ濃縮果汁、かんてん	水
07 火	昼食	御飯 さばの塩焼き きゅうりとツナの酢の物 みそ汁(じゃが芋)	米 砂糖 じゃがいも	さば ツナ水煮缶 みそ、油揚げ	きゅうり、生わかめ たまねぎ、葉ねぎ	食塩 酢、しょうゆ 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 市販菓子 りんご	市販菓子	牛乳	りんご	
08 水	昼食	御飯 豚のしょうが焼 みそ汁(小松菜)	米 砂糖	豚肉 みそ、油揚げ	たまねぎ、だいこん、にんじん、しょうが、れんこん こまつな、にんじん	しょうゆ、本みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンドパン	食パン	牛乳	いちごジャム、ブルーベリージャム	
09 木	昼食	パン ダイコンサラダ ポトフ	ロールパン マヨネーズ じゃがいも	ウインナー	だいこん、きゅうり、コーン(冷凍) キャベツ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ コンソメ、食塩
	午後おやつ	乳児牛乳 幼児お茶 ゆかりおにぎり 小魚	米	乳児:牛乳 いわし(煮干し)		ゆかり
10 金	昼食	御飯 鶏肉の照焼 春雨のサラダ もずくスープ	米 はるさめ、砂糖、油、ごま油	鶏もも肉 かまぼこ ちくわ	しょうが もやし、きゅうり、コーン(冷凍) もずく、ねぎ	しょうゆ、本みりん 酢、しょうゆ、食塩 水、しょうゆ、食塩、中華スープ
	午後おやつ	牛乳 スティックポテト	じゃがいも、さつまいも、油	牛乳		食塩
11 土	昼食	きざみうどん 野菜炒め	ゆでうどん、砂糖 油	生揚げ ウインナー	ねぎ キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち) しょうゆ、食塩、中華スープ
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
13 月	昼食	御飯 松風焼き ブロッコリーのおかか和え添え みそ汁(し小人)	米 パン粉、ごま、砂糖、油	鶏ひき肉、木綿豆腐、卵、みそ かつお節 みそ	たまねぎ、ねぎ ブロッコリー こまつな、しめじ、にんじん	しょうゆ、みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 ホットケーキ	小麦粉	牛乳 牛乳、卵、バター		
14 火	昼食	カレーライス コールスローサラダ	米、じゃがいも、油 マヨネーズ、砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、コーン(冷凍)	カレールウ りんご酢
	午後おやつ	牛乳 みかんゼリー 市販菓子	砂糖 市販菓子	牛乳	みかん缶、オレンジ濃縮果汁、かんてん	水
15 水	昼食	きつねごはん 棒棒鶏サラダ みそ汁(白南葱)	米、砂糖 ごま、砂糖	油揚げ ササミ みそ	ねぎ、にんじん きゅうり、にんじん、もやし かぼちゃ、はくさい、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 食酢(米酢)、しょうゆ、酒、みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	ヨーグルト 市販菓子	市販菓子	ヨーグルト(加糖)		

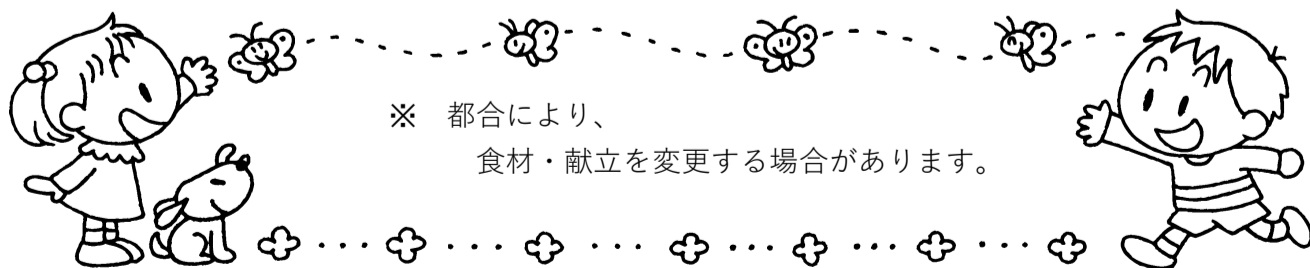


献立表

2026年04月

こっこ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 木	昼食	御飯 肉じゃが みそ汁(わ豆え)	米 じゃがいも、砂糖、油	豚肉 木綿豆腐、みそ	たまねぎ、にんじん 生わかめ、えのきたけ	しょうゆ、本みりん、食塩 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ 昆布	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉	昆布	食塩
17 金	昼食	パン ダイコンサラダ ポトフ	ロールパン マヨネーズ じゃがいも	ウインナー	だいこん、きゅうり、コーン(冷凍) キャベツ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ コンソメ、食塩
	午後おやつ	乳児牛乳 幼児お茶 ゆかりおにぎり 小魚	米	乳:牛乳 いわし(煮干し)		ゆかり
18 土	昼食	豚汁うどん さつまいものバターしょうゆ煮	ゆでうどん さつまいも、黒ごま	豚肉、油揚げ バター	だいこん、にんじん、しめじ	かつおだし汁 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
20 月	昼食	御飯 豚のしょうが焼 みそ汁(小松菜)	米 砂糖	豚肉 みそ、油揚げ	たまねぎ、だいこん、にんじん、しょうが、れんこん こまつな、にんじん	しょうゆ、本みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 ポップコーン するめ	油、ポップコーン	牛乳 するめ		食塩
21 火	昼食	たけのこ御飯 さばの塩焼き きゅうりとツナの酢の物 みそ汁(じゃがあ玉)	米 砂糖 じゃがいも	かつお節 さば ツナ水煮缶 麦みそ、油揚げ	たけのこ きゅうり、生わかめ たまねぎ、葉ねぎ	みりん、しょうゆ 食塩 酢、しょうゆ 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
22 水 <small>誕生会</small>	昼食	チキンライス ポテトサラダ コーンスープ	米、油 じゃがいも、マヨネーズ	鶏もも肉 ウインナー 調製豆乳	たまねぎ、にんじん、しいたけ きゅうり クリームコーン缶、たまねぎ	ケチャップ、コンソメ 食塩 水、コンソメ
	午後おやつ	牛乳 おたのしみケーキ	小麦粉、砂糖	牛乳 卵、ホイップクリーム、バター、牛乳	いちごジャム	
23 木	昼食	御飯 ホイコーロー すまし汁	米 油	豚肉、みそ	キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん えのきたけ、生わかめ、だいこん	中華スープ、本みりん、しょうゆ かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 玄米フレークスナック	玄米フレーク	牛乳 バター		マシユマロ
24 金	昼食	御飯 鶏肉の照焼 春雨のサラダ もずくスープ	米 はるさめ、砂糖、油、ごま油	鶏もも肉 かまぼこ ちくわ	しょうが もやし、きゅうり、コーン(冷凍) もずく、ねぎ	しょうゆ、本みりん 酢、しょうゆ、食塩 水、しょうゆ、中華スープ、食塩
	午後おやつ	牛乳 スティックポテト	じゃがいも、さつまいも、油	牛乳		食塩
25 土	昼食	チャンポンうどん 大根とちくわの煮物	ゆでうどん 砂糖	豚肉、いか、かつお節 ちくわ	キャベツ、にんじん、もやし、にら、こんぶ(だし用) だいこん	水、しょうゆ、食塩 昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
27 月	昼食	こいのぼりライス ブロッコリー添え ワカメスープ	米、油	鶏もも肉、卵 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、しいたけ ブロッコリー コーン(冷凍)、わかめ(乾)	ケチャップ、食塩、コンソメ 中華スープ
	午後おやつ	牛乳 ぼさ:かしわもち もみじ〜もも:おはぎ ラムネ	上新粉、砂糖 米、もち米、砂糖 ラムネ	牛乳 ゆであずき缶 あずき(ゆで)、きな粉		柏の葉
28 火	昼食	幼:お弁当 乳:豚豆腐丼 乳:みそ汁(わ豆)	米、砂糖	焼き豆腐、豚肉 木綿豆腐、みそ	たまねぎ、しらたき、にんじん、ねぎ 生わかめ、しめじ、青梗菜	しょうゆ、みりん、酒 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 お好み焼き	小麦粉	牛乳 ちくわ	キャベツ	かつお・昆布だし汁、お好みソース
30 木	昼食	ごはん ポークチャップ すまし汁(わ大そ)	米 砂糖、油 干しそうめん	豚肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ だいこん、生わかめ	ケチャップ、酒、中華スープ かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 わらび餅 昆布	片栗粉、砂糖	牛乳 きな粉	昆布	水



※ 都合により、
食材・献立を変更する場合があります。