



2025年4月ランチメニュー

今月の栄養量
 エネルギー：533kcal
 たんぱく質：20.5g
 脂質：15.6g
 食塩相当量：1.4g

- 旬の食材
- ・うすいえんどう
 - ・春キャベツ
 - ・新たまねぎ
 - ・新ごぼう
 - ・レタス



「ワタナベさん」 作/絵:北村直子 借成社

～「和ごはん」を取り入れよう～

からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

農林水産省
官民協働プロジェクト

たかがみねこども園

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
			ビーフカレー マカロニサラダ ベビーチーズ	親子丼 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	肉炒め丼 小松菜のごま和え 具たくさん味噌汁
			クラッカーサンド 牛乳	コアコアヨーグルト エースコイン・お茶	源氏パイ 牛乳
7	8	9	10	11	12
☆進級お祝い献立☆					
桜ごはん 鶏肉の照り焼き 春キャベツの彩和え すまし汁 ココアケーキ 牛乳	ごはん 肉野菜炒め さつまいもサラダ すまし汁 麩のラスク オレンジ・牛乳	ごはん カレイの煮付け ひじきの五目煮 味噌汁 五平もち(みたらしあん) お茶	ごはん 肉じゃが ちくわの磯部揚げ すまし汁 フルーツポンチ お茶	焼きそば 青のりポテト チンゲン菜スープ きな粉パン 牛乳	ピラフ 白菜サラダ ポテトスープ ハッピーターン 牛乳
14	15	16	17	18	19
ごはん たらのサクサク揚げ 小松菜と豚ひき肉のソテー コンソメスープ バター醤油いももち 牛乳	麦ごはん 鶏肉のねぎマヨ焼き 大根とちくわの煮物 味噌汁 バナナケーキ 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 もやしとほうれん草のナムル 中華風コーンスープ きな粉マカロニ 牛乳	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 黄桃缶 りんごゼリー アスパラビスケット・お茶	親子丼 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 キャロット蒸しパン 牛乳	そぼろ丼 白菜のゆかり和え 具たくさん味噌汁 ぼたぼた焼き 牛乳
21	22	23	24	25	26
☆食育：うすいえんどう☆	☆お誕生日会メニュー☆			☆ものがたりメニュー☆	
豆ごはん 鶏肉の照り焼き 春キャベツの彩り すまし汁 スイートポテト 牛乳	わかめごはん ハンバーグ 春雨サラダ キャベツスープ ホットケーキ 牛乳	ごはん カレイの煮付け ひじきの五目煮 味噌汁 フルーツヨーグルト お茶	ごはん 肉じゃが ちくわの磯部揚げ すまし汁 ココアプリン きな粉せんべい・お茶	ワタナベさんのナポリタン ブロッコリーサラダ スープ シュガートースト 牛乳	豚丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁 ぱりんこ 牛乳
28	29	30			
ごはん たらのサクサク揚げ 小松菜と豚ひき肉のソテー コンソメスープ ごまちゃんすこう 牛乳	☆昭和の日☆ 	ロールパン 春キャベツのクリームシチュー グリーンサラダ バナナ ひじきおにぎり 食べる煮干し・お茶			