



こんだて

2025年度 春明保育園

日／曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）				昼食（乳児クラス）	栄養価
		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	調味料	3時おやつ	
1 25 (金)	焼き鳥丼 しょうゆフレンチ みそ汁	米、小麦粉、油、砂糖、片栗粉	牛乳、鶏肉、ちくわ、油揚げ、みそ	なす、きゃべつ、小松菜、ねぎ	煮干しだし汁、しょうゆ、酒、みりん	牛乳 牛乳 ココアちゃんすこう	エネルギー 524 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 18.8 g 食塩 1.9 g
2 16 30 (土)	焼うどん スープ くだもの	ゆでうどん、米、油、きび砂糖	豚肉	バナナ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、わかめ	かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩、中華だし素	麦茶 麦茶 菜飯おにぎり	エネルギー 386 kcal たんぱく質 12.9 g 脂質 7.7 g 食塩 2.6 g
4 18 (月)	チキンのトマトソースかけごはん キャベツとみかんのフレンチサラダ スープ	米、食パン、バター、油、小麦粉、砂糖	牛乳、鶏肉、きな粉	トマト、たまねぎ、きゃべつ、ほうれん草、みかん缶、しめじ、きゅうり、マッシュルーム、りんご、にんにく	かつお昆布だし、ケチャップ、酢、中濃ソース、洋風だし素、塩、しょうゆ	牛乳 牛乳 きな粉トースト	エネルギー 453 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 13.5 g 食塩 1.7 g
5 19 (火)	ごはん 豆腐ハンバーグ おくらとキャベツのお浸し そうめん汁	米、バター、小麦粉、砂糖、素麺、片栗粉	牛乳、鶏肉、豆腐、卵、油揚げ	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、おくら、ねぎ、にんじん、レモン果汁	かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、塩	牛乳 牛乳 マドレーヌ	エネルギー 530 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 21.4 g 食塩 1.8 g
6 20 (水)	夏野菜カレー にんじんじゃこサラダ くだもの	米、ひやむぎ、じゃがいも、小麦粉、油、バター、砂糖、ごま油	鶏肉、じゃこ	すいか、にんじん、なす、たまねぎ、きゅうり、ズッキーニ、トマト、コーン缶、マッシュルーム、りんご、にんにく	かつお昆布だし、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、酢、塩、洋風だし素、みりん、カレー粉	牛乳 麦茶 ひやむぎ	エネルギー 438 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 10.1 g 食塩 3.2 g
7 21 (木)	ロールパン 鮭のマヨネーズ焼き スパゲティフレンチサラダ スープ 牛乳	米、ロールパン、スパゲティ、ノンエッグマヨ、油	牛乳、鮭、ハム、チーズ、かつお節	たまねぎ、かぶ、きゅうり、にんじん、かぶ葉	かつお昆布だし、しょうゆ、酢、塩、洋風だし素	牛乳 麦茶 おなかチーズおにぎり	エネルギー 468 kcal たんぱく質 23 g 脂質 13.6 g 食塩 1.9 g
8 22 (金)	ごはん 豚肉の生姜焼き 千切りキャベツ 五目みそ汁	米、砂糖、油	豚肉、味噌、油揚げ	キャベツ、ぶどう果汁、たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、ねぎ、生姜、粉寒天	かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒	牛乳 麦茶 ぶどうゼリー	エネルギー 346 kcal たんぱく質 13 g 脂質 11.3 g 食塩 1.1 g
9 23 (土)	照りマヨ丼 みそ汁 くだもの	じゃがいも、米、片栗粉、ノンエッグマヨ、油、きび砂糖	鶏肉、豆腐、味噌	バナナ、キャベツ、わかめ、ねぎ、のり	かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩	麦茶 麦茶 芋もち	エネルギー 386 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 6.8 g 食塩 1.8 g
12 26 (火)	コーンピラフ 切干大根のサラダ スープ	米、さつまいも、きび砂糖、ノンエッグマヨ、油、バター	牛乳、ツナ缶	たまねぎ、しめじ、えのき、きゅうり、切干大根、にんじん、コーン缶、マッシュルーム、ごま	かつお昆布だし、しょうゆ、洋風だし素、塩	牛乳 牛乳 大学芋	エネルギー 425 kcal たんぱく質 12.2 g 脂質 14.7 g 食塩 1.7 g
13 27 (水)	冷やしきつねうどん ツナじゃが くだもの	ゆでうどん、じゃがいも、米、きび砂糖	油揚げ、ツナ缶	バナナ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ねぎ、わかめ	かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩	牛乳 麦茶 コーンおにぎり	エネルギー 517 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 16 g 食塩 2.5 g
14 28 (木)	ねぎ豚チャーハン わかめとかにかまの酢の物 スープ	米、小麦粉、きび砂糖、春雨、油、ごま油	牛乳、豚肉、かにかまぼこ、きな粉	ねぎ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、わかめ、にんにく	かつお昆布だし、しょうゆ、酢、酒、中華だし素、塩、みりん	牛乳 牛乳 きな粉蒸しパン	エネルギー 493 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 15.1 g 食塩 3.3 g
15 29 (金)	スパゲティミラネーズ スープ くだもの	スパゲティ、米、バター、油	牛乳、ベーコン、魚肉ソーセージ	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム	かつお昆布だし、塩、しょうゆ、洋風だし素、中華だし素、しょうゆ	牛乳 麦茶 魚肉チャーハン	エネルギー 507 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 18.6 g 食塩 2.4 g

- ☆土曜は飲用牛乳の提供はございません
- ☆昼食の果物は「オレンジ・バナナ・すいか」などを予定しています。
- ☆乳児クラスは昼食に牛乳を80ml飲みます。
- ☆行事や食材の都合により献立を変更する場合があります。
- ☆出来る限り国産で安全性の高い食材を使用しています。
- ☆給食サンプルの展示は土曜日は行っておりません。