

# 4月予定献立表 (12ヶ月)

令和7年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (火)	ねりきなこ 麦茶	御飯、鶏肉とキャベツの中華炒め、ゆで卵 ちくわときゅうりのさっぱり和え、麦茶	ジャムロールケーキ ミルク
2 (水)	ミルク	御飯、ハンバーグ、切干大根の煮物 小松菜のおかか和え、麦茶	アスパラの和風スパゲティ ミルク
3 (木)	ミルク	御飯、魚のごまみそ焼き、高野豆腐と昆布の煮物 わかめサラダ、麦茶	ソフトクッキー ミルク
4 (金)	スティックきゅうり 麦茶	手作りパン、鶏肉と玉ねぎのケチャップ煮 野菜スープ、ブロッコリーサラダ、麦茶	たけのこ御飯 ミルク
5 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
7 (月)	ミルク	御飯、鶏肉と野菜のトマト煮、福神漬け コールスローサラダ、いちご、麦茶	にんじん蒸しパン ミルク
8 (火)	チーズ 麦茶	御飯、じゃがいものそぼろ炒め、がんもの含め煮 はるさめサラダ、麦茶	フルーツポンチ ミルク
9 (水)	オレンジ 麦茶	きつねうどん、たけのこささ身のお焼き ほうれん草のしらす和え、キウイフルーツ、麦茶	ケチャップライス ミルク
10 (木)	ヨーグルト 麦茶	コーン御飯、魚のパン粉焼き、アスパラソテー タルタルサラダ、麦茶	<b>[誕生日会]</b> スポンジケーキ ミルク
11 (金)	人参の甘煮 麦茶	御飯、中華風かけ納豆、ニラチヂミ トマトサラダ、麦茶	芋ようかん ミルク
12 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
14 (月)	ミルク	御飯、焼きはんぺん、ひじきの煮物 マカロニサラダ、麦茶	黒糖蒸しパン ミルク
15 (火)	キウイフルーツ 麦茶	御飯、マーボ豆腐、さつま揚げの含め煮 なすのおかか和え、麦茶	焼きそば ミルク
16 (水)	ねりきなこ 麦茶	御飯、鶏肉のしょうが焼き、さつま芋の甘煮 ごまマヨサラダ、麦茶	ホットケーキ ミルク
17 (木)	ミルク	手作りパン、魚のクリーム煮、かぼちゃのごま和え コロコロサラダ、麦茶	五平もち ミルク
18 (金)	ミルク	おにぎり、根菜汁、フルーツ、麦茶	粉ふきもち ミルク
19 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
21 (月)	ミルク	御飯、オムレツ、はるさめスープ ポテトサラダ、麦茶	レーズンパン ミルク
22 (火)	オレンジ 麦茶	ちゃんぽんめん、かぼちゃサラダ、バナナ、麦茶	鶏そぼろおにぎり ミルク
23 (水)	ヨーグルト 麦茶	御飯、シューマイ、たけのこのおかか煮 ナムル、麦茶	ミルクもち ミルク
24 (木)	チーズ 麦茶	御飯、煮魚、五目ビーフン ほうれん草の海苔酢和え、麦茶	オレンジパウンド ミルク
25 (金)	ミルク	手作りパン、鶏肉のミルク煮 野菜と豆のケチャップ炒め、マカロニチーズ、麦茶	フルーツポンチ ミルク
26 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
28 (月)	ミルク	御飯、はるさめとツナの中華炒め、卵スープ キウイフルーツ、麦茶	ちんすこう ミルク
30 (水)	ねりきなこ 麦茶	御飯、鶏肉と野菜のトマト煮、ひじきサラダ オレンジ、麦茶	シュガーバターパン ミルク

**今月の旬の食材**  
**たけのこ・アスパラガス**  
**グレーンピース・清美オレンジ**

**【目標】スプーンを使って自分で食べてみましょう**

