

2026年 4月 献立表

ひでみ保育園

日/曜	10時 おやつ	献立	未満児 添加物	献立 材	料	3時おやつ	材料
1/水	牛乳 お菓子	御飯 ハヤシチュー 枝豆サラダ		米 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ハヤシルウ 枝豆 レタス 人参 きゅうり ベーコン 醤油		牛乳 焼き団子	牛乳 薄力粉 B・P 黒砂糖
2/木	牛乳 お菓子	御飯 麻婆豆腐 胡麻酢和え	オレンジ	米 豚挽き肉 豆腐 玉葱 人参 ニラ 味噌 みりん 醤油 片栗粉 もやし 人参 きゅうり キャベツ 酢 醤油 胡麻油		牛乳 若草ケーキ	牛乳 薄力粉 B・P 卵 マーガリン 白砂糖 ほうれん草 牛乳
3/金	牛乳 お菓子	御飯 魚味噌マヨ焼き ひじきと大根のサラダ 春雨汁		米 鮭 塩 味噌 マヨネーズ 白砂糖 すり胡麻 小葱 みりん 大根 ひじき きゅうり しらす干し 胡麻 酢 醤油 春雨 玉葱 人参 干し椎茸 葱 醤油 いりこだし		牛乳 塩かりんとう	牛乳 薄力粉 B・P 卵 塩 油
4/土	牛乳 お菓子	御飯 カレーピラフ カラフルスープ パナナ		米 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース カレー粉 コンソメ ベーコン トマト缶 玉葱 パプリカ ビーマン 醤油 コンソメ パナナ		牛乳 ふかし芋	牛乳 さつま芋 塩
5/日		御飯 唐揚げ サラダ スープ		米 鶏肉 唐揚げ粉 油 レタス トマト きゅうり コーン缶 ドレッシング じゃが芋 人参 玉葱 パセリ コンソメ		お茶 お菓子	麦茶 お菓子
6/月	牛乳 お菓子	御飯 親子丼 白菜胡麻和え		米 鶏肉 玉葱 人参 干し椎茸 かまぼこ 葱 卵 醤油 片栗粉 白菜 ほうれん草 人参 すり胡麻 醤油		牛乳 いちごマフィン	牛乳 薄力粉 B・P 卵 マーガリン 白砂糖 イチゴジャム
7/火	牛乳 お菓子	御飯 煮魚 野菜塩昆布和え 味噌汁		米 赤魚 鯖 生姜 濃口醤油 黒砂糖 キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 醤油 大根 油揚げ 葱 味噌 いりこだし		牛乳 ホットケーキ	牛乳 薄力粉 B・P 卵 白砂糖 牛乳
8/水	牛乳 お菓子	御飯 南瓜フライ さっぱりサラダ 澄まし汁		米 南瓜フライ 油 レタス きゅうり りんご 酢 醤油 豆腐 小松菜 人参 えのき茸 醤油 いりこだし		牛乳 オレンジ チーズおかき	牛乳 白玉粉 卵 塩 チーズ サラダ油 オレンジ
9/木	牛乳 お菓子	御飯 ポークビーンズ 中華風サラダ	青菜飯	米 豚肉 大豆 じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ ウスター 大根 キャベツ 人参 白砂糖 酢 醤油 胡麻油		牛乳 ハムロールパン	牛乳 強力粉 スキムミルク 卵 ハム イースト 白砂糖 玉葱 マヨネーズ 青のり
10/金	牛乳 お菓子	御飯 魚パン粉焼き 納豆和え 味噌汁		米 鮭 塩 パン粉 パセリ マヨネーズ 粉チーズ 納豆 キャベツ 人参 ニラ 醤油 南瓜 玉葱 油揚げ ワカメ 味噌 いりこだし		牛乳 胡麻せんべい	牛乳 薄力粉 胡麻 白砂糖 塩 油
11/土	牛乳 お菓子	チキンライス 野菜スープ オレンジ		米 鶏肉 玉葱 人参 竹輪 グリンピース ケチャップ ウスター コンソメ キャベツ 人参 えのき茸 小葱 いりこだし 醤油 オレンジ		牛乳 キャラメル ポップコーン	牛乳 どうもろこし 塩 B・P サラダ油 白砂糖 マーガリン
12/日		御飯 野菜炒め かきたま汁 オレンジ		米 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ビーマン 醤油 鶏ガラスープの素 卵 玉葱 小葱 醤油 いりこだし オレンジ		お茶 お菓子	麦茶 お菓子
13/月	牛乳 お菓子	御飯 カレーシチュー コーンサラダ		米 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールウ レタス 人参 きゅうり コーン缶 ドレッシング		牛乳 レーズンドーナツ	牛乳 薄力粉 B・P 黒砂糖 卵 レーズン 油
14/火	牛乳 お菓子	御飯 魚香味焼き ごぼうサラダ 味噌汁		米 赤魚 葱 生姜 にんにく 胡麻油 酢 醤油 濃口醤油 ごぼう 片栗粉 油 レタス 人参 きゅうり ドレッシング 豆腐 ワカメ 油揚げ 味噌 いりこだし		牛乳 焼きおにぎり	牛乳 米 胡麻 濃口醤油 胡麻油 みりん
15/水	牛乳 お菓子	御飯 バーベキューチキン 三色酢の物 味噌汁	わかめ飯	米 鶏肉 ケチャップ ソース 白砂糖 大根 人参 きゅうり 胡麻 酢 醤油 キャベツ 玉葱 油揚げ 味噌 いりこだし		牛乳 桃のケーキ	牛乳 薄力粉 B・P 卵 黄桃缶 マーガリン 白砂糖 牛乳
16/木	牛乳 お菓子	御飯 南瓜そぼろ煮 野菜ナムル		米 豚挽き肉 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 醤油 もやし キャベツ 人参 すり胡麻 生姜 醤油 胡麻油		牛乳 うぐいすロール パン	牛乳 強力粉 スキムミルク 卵 イースト 白砂糖 マーガリン うぐいす餡
17/金	牛乳 お菓子	御飯 魚塩麴焼き 和風和え 味噌汁		米 赤魚 塩麴 みりん 酒 キャベツ 人参 きゅうり 花かつお 醤油 大根 葱 ワカメ 油揚げ 味噌 いりこだし		牛乳 小倉煮	牛乳 さつま芋 小豆 黒砂糖
18/土	牛乳 お菓子	肉うどん なます みかん		うどん乾麺 牛肉 玉葱 人参 干椎茸 葱 かまぼこ 酒 醤油 みりん いりこだし 大根 人参 胡麻 酢 醤油 みかん		牛乳 人参スティックパン	牛乳 ミックス粉 ヨーグルト 人参
19/日		御飯 フライ 和え物 味噌汁		米 フライ 油 キャベツ 人参 しめじ茸 油揚げ 醤油 豆腐 小葱 ワカメ 味噌 いりこだし		お茶 お菓子	麦茶 お菓子
20/月	牛乳 お菓子	御飯 肉じゃが 蓮根サラダ	澄まし 汁	米 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 干し椎茸 インゲン 糸こんにゃく 醤油 酒 蓮根 人参 きゅうり レタス しらす干し すり胡麻 醤油 胡麻油		牛乳 味噌蒸しパン	牛乳 薄力粉 B・P 卵 白砂糖 味噌 チーズ
21/火	牛乳 お菓子	御飯 魚じかた 野菜きのこ和え 花麴スープ		米 サワラ 塩 薄力粉 卵 粉チーズ パセリ キャベツ 小松菜 人参 しめじ茸 油揚げ 醤油 花麴 人参 葱 ワカメ 醤油 いりこだし		牛乳 おからスティック	牛乳 ミックス粉 おから グラニュー糖 スキムミルク 油
22/水	牛乳 お菓子	御飯 炒り豆腐 アボカドサラダ	しらす飯	米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 葱 卵 醤油 いりこだし アボカド レタス 人参 きゅうり レーズン すり胡麻 酢 醤油 白砂糖		牛乳 UFOパン	牛乳 強力粉 スキムミルク 卵 マーガリン イースト 白砂糖 塩
23/木	牛乳 お菓子	御飯 焼き魚野菜あんかけ 甘酢和え 味噌汁		米 赤魚 塩 玉葱 人参 えのき茸 インゲン 片栗粉 醤油 いりこだし キャベツ きゅうり 人参 ワカメ みかん缶 白砂糖 酢 醤油 大根 油揚げ 葱 味噌 いりこだし		牛乳 あん饅頭	牛乳 ミックス粉 薄力粉 B・P イースト 餡子
24/金	牛乳 お菓子	御飯 唐揚げ ツナサラダ コンソメスープ		米 鶏肉 生姜 醤油 片栗粉 油 ツナ缶 人参 きゅうり キャベツ レタス レッド玉葱 酢 醤油 じゃが芋 玉葱 人参 パセリ コンソメ 醤油		牛乳 みかん 豆乳カップケーキ	牛乳 ミックス粉 白砂糖 豆腐 豆乳 サラダ油 みかん
25/土	牛乳 お菓子	ひじき御飯 たたききゅうり 味噌汁		米 鶏肉 ひじき しらす干し 人参 こんにゃく 油揚げ 干椎茸 インゲン 醤油 みりん きゅうり 胡麻油 醤油 豆腐 しめじ茸 小葱 味噌 いりこだし		牛乳 ジャムサンド	牛乳 サンド用食パン イチゴジャム
26/日		焼きそば シュウマイ 中華スープ		米 焼きそば麺 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 もやし かまぼこ ソース シュウマイ 卵 玉葱 チンゲン菜 中華スープの素 醤油		お茶 お菓子	麦茶 お菓子
27/月	牛乳 お菓子	御飯 華風丼 ピクルス		米 豚肉 人参 玉葱 木耳 コーン缶 かまぼこ 醤油 中華だし 片栗粉 大根 人参 きゅうり レーズン 酢 醤油		牛乳 ココアマフィン	牛乳 薄力粉 B・P 卵 牛乳 ココア 白砂糖 マーガリン
28/火	牛乳 お菓子	御飯 魚胡麻風味揚げ 春雨酢の物 味噌汁		米 赤魚 塩 片栗粉 油 すり胡麻 醤油 みりん 春雨 人参 きゅうり みかん缶 酢 醤油 豆腐 油揚げ しめじ茸 小松菜 味噌 いりこだし		牛乳 レモンケーキ	牛乳 ミックス粉 白砂糖 卵 マーガリン レモン レモン汁 牛乳
29/水		御飯 鶏の照り焼き 胡麻マヨ和え 澄まし汁		米 鶏肉 白砂糖 酒 みりん 醤油 キャベツ 人参 きゅうり すり胡麻 マヨネーズ 醤油 豆腐 えのき茸 人参 小葱 醤油 いりこだし		お茶 お菓子	麦茶 お菓子
30/木	牛乳 お菓子	御飯 厚揚げ味噌煮 じゃこ和え	バナナ	米 豚肉 厚揚げ 玉葱 人参 しめじ茸 ニラ 味噌 醤油 みりん キャベツ 人参 きゅうり しらす干し 醤油		牛乳 ドーナツ	牛乳 強力粉 スキムミルク 卵 マーガリン イースト 白砂糖 油 グラニュー糖

※材料の都合により献立を変更することがあります。

※赤字は食物アレルギーの食材です。

木本

2026年4月献立表

ひでみ保育園

日/曜	10時 おやつ	献立	献立 材 料	3時のおやつ
1/水	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことごと煮 スープ	米 鶏肉 じゃが芋 玉葱 醤油 レタス 人参 だし汁 醤油	麦茶 お菓子
2/木	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 味噌汁	米 鶏肉 豆腐 人参 醤油 キャベツ 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 青菜蒸しパン
3/金	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 スープ	米 白身魚 醤油 片栗粉 大根 人参 玉葱 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
4/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏挽肉 玉葱 人参 キャベツ トマト だし汁 醤油	麦茶 さつま芋甘煮
6/月	お茶 お菓子	おかゆ ことごと煮 スープ	米 鶏肉 白菜 人参 醤油 南瓜 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 バナナ蒸しパン
7/火	お茶 お菓子	おかゆ 魚の野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 大根 人参 片栗粉 醤油 キャベツ 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
8/水	お茶 お菓子	おかゆ ことごと煮 スープ	米 鶏肉 南瓜 人参 醤油 豆腐 青菜 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
9/木	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 スープ	米 鶏肉 じゃが芋 玉葱 醤油 大根 キャベツ 醤油 だし汁	麦茶 パン
10/金	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 人参 醤油 片栗粉 南瓜 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
11/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 キャベツ 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
13/月	お茶 お菓子	おかゆ 野菜ことごと煮 味噌汁	米 鶏肉 人参 玉葱 醤油 じゃが芋 味噌 だし汁	麦茶 青菜蒸しパン
14/火	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 レタス 人参 醤油 片栗粉 豆腐 青菜 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
15/水	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 味噌汁	米 鶏肉 大根 人参 醤油 キャベツ 玉葱 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
16/木	お茶 お菓子	おかゆ ことごと煮 スープ	米 鶏肉 南瓜 玉葱 醤油 キャベツ 人参 醤油 だし汁	麦茶 パン
17/金	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 人参 醤油 片栗粉 大根 味噌 だし汁	麦茶 さつま芋甘煮
18/土	お茶 お菓子	野菜粥 味噌汁	米 鶏肉 玉葱 人参 大根 青菜 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
20/月	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 スープ	米 鶏肉 じゃが芋 人参 醤油 レタス 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 人参蒸しパン
21/火	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 スープ	米 白身魚 醤油 片栗粉 キャベツ 人参 醤油 だし汁	麦茶 お菓子
22/水	お茶 お菓子	おかゆ ことごと煮 スープ	米 鶏肉 豆腐 人参 醤油 レタス 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 パン
23/木	お茶 お菓子	おかゆ 魚野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚 キャベツ 玉葱 人参 片栗粉 醤油 南瓜 味噌 だし汁	麦茶 お菓子
24/金	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 スープ	米 鶏肉 キャベツ 人参 醤油 じゃが芋 玉葱 青菜 だし汁 醤油	麦茶 豆乳蒸しパン
25/土	お茶 お菓子	野菜粥 スープ	米 しらす干し 人参 南瓜 玉葱 だし汁 醤油	麦茶 お菓子
27/月	お茶 お菓子	おかゆ ことごと煮 スープ	米 鶏肉 大根 醤油 玉葱 人参 青菜 だし汁 醤油	麦茶 お菓子
28/火	お茶 お菓子	おかゆ 煮魚 味噌汁	米 白身魚 醤油 片栗粉 じゃが芋 人参 味噌 だし汁	麦茶 さつま芋甘煮
29/水			昭 和 の 日	
30/木	お茶 お菓子	おかゆ 柔らか煮 スープ	米 鶏肉 豆腐 玉葱 人参 醤油 キャベツ 青菜 だし汁 醤油	麦茶 パン

※材料の都合により献立を変更することがあります。 木本