

令和7年度

4月 献立表

匹見保育所
調理師 坂本 まゆみ

月	火	水	木	金	土
	1 カレーライス ツナサラダ くだもの ----- おにぎり	2 ご飯 魚の胡麻マヨ焼き 付け合わせ 切り干し大根の煮物 豆腐の味噌汁 ----- ラスク	3 ご飯 ツナ入り厚焼き玉子 付け合わせ ポテトサラダ わかめスープ ----- マカロニきな粉	4 ご飯 鶏肉のコーンフレーク焼き 付け合わせ 酢の物 きのこの味噌汁 ----- くだもの	5 焼きそば 玉子スープ くだもの ----- おやき
	7	8 ご飯 鶏肉のトマト煮込み キャベツの塩昆布和え 春雨スープ くだもの ----- おやき	9 ご飯 魚の照り焼き・付け合わせ 納豆和え わかめの味噌汁 ----- ゼリー	10 ご飯 肉じゃが きゅうりの酢の物 厚揚げの味噌汁 くだもの ----- おにぎり	11 牛蒡とベーコンの炊き込みご飯 魚のフライ・付け合わせ すまし汁 くだもの ----- ヨーグルト
14	15 カレーライス フレンチサラダ くだもの ----- 蒸しパン	16 ご飯 魚のコーンマヨ焼き 付け合わせ 和風サラダ 豆腐とえのきの味噌汁 ----- くだもの	17 ご飯 麻婆豆腐 酢の物 中華スープ くだもの ----- ミニピザ	18 大豆ご飯 チキンカツ・付け合わせ すまし汁 くだもの ----- マシュマロおこし	19 玉子とじうどん 煮物 くだもの ----- おやき
21	22 ご飯 ハンバーグ・付け合わせ りっちゃんサラダ 麩とえのきの味噌汁 ----- ヨーグルト	23 ご飯 魚の磯辺焼き・付け合わせ キャベツのおかか和え 豚汁 ----- くだもの	24 ご飯 お好み焼き風玉子焼き 付け合わせ 新じゃがのそぼろ煮 なめこの味噌汁 ----- おにぎり	25 お弁当の日  ----- ゼリー	26 ハヤシライス フレンチサラダ くだもの ----- おやき
28	29 春分の日 	30 ご飯 ひじき入り厚焼き玉子 付け合わせ スパゲティー 豆腐の味噌汁 ----- くだもの	<p>～朝ごはんは毎朝しっかり食べよう～ 朝ごはんは健康な生活に欠かせません。ご飯を食べることで体温が上昇して、体を動かしたり脳が働くためのエネルギーに変わります。また腸も刺激を受けて便が出やすくなります。</p> 		

食材の都合によりメニューの変更もあります。

