

2026年04月

献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				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
1	水	ご飯 肉じゃが 青菜と春雨のソテー 果物	牛乳 マカロニの安倍川	米、メークイン、糸蒟蒻、マカロニ、砂糖、春雨、油、ごま油	牛乳、牛肉、ロースハム、きな粉、きくらげ	ごまつな、たまねぎ、にんじん、グリーンピース
2	木	ご飯 豚肉の生姜焼き まめ豆サラダ 果物	牛乳 クラッカーサンド(ジャム)	米、マヨネーズ、マーマレード、いちごジャム、油	牛乳、豚肉、水煮大豆、ロースハム	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、しょうが
3	金	ご飯 さけの塩焼き ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁	牛乳 キャロットホットケーキ	米、ホットケーキミックス、マーガリン、砂糖、油	牛乳、さけ、豆腐、みそ、かまぼこ、油揚げ、煮干し、スキムミルク、ひじき、わかめ、さけ	にんじん、たまねぎ、ピーマン、ねぎ
4	土	かやくうどん さつま揚げと人参のきんぴら	牛乳 果物 お菓子	うどん、油、砂糖、ごま、うどん	牛乳、卵、さつま揚げ、牛肉、かまぼこ、油揚げ、わかめ	にんじん、たまねぎ、ねぎ
6	月	ご飯 ポークソテー 切干大根の甘酢和え 果物	牛乳 チーズポテト	米、フレンチポテト、油、いりごま	牛乳、豚肉、ロースハム、チーズ	たまねぎ、にんじん、ごまつな、キャベツ、切り干しだいこん
7	火	ご飯 さばのケチャップ和え ブロッコリー ジュリアンスープ	牛乳 コーンフレーク 鉄分チーズ	米、コーンフレーク、春雨、揚げ油、片栗粉、砂糖	牛乳、さば、鉄分チーズ、ウインナー、さば	ブロッコリー、たまねぎ、だいこん、にんじん、えのきたけ、セロリ、トウモロコシ
8	水	ご飯 吉野煮 青梗菜としらすのごま和え 果物	牛乳 お好み焼き	米、メークイン、お好み焼き粉、砂糖、ごま、片栗粉	牛乳、絹厚揚げ、鶏肉、卵、ロースハム、ちりめん、あおのり	キャベツ、チンゲンサイ、だいこん、にんじん、ねぎ、コーン、いんげん
9	木	ご飯 麻婆豆腐 春雨の酢の物 果物	牛乳 じゃがバター	米、メークイン、春雨、いりごま、マーガリン、油、片栗粉、砂糖	牛乳、豆腐、合いびき肉、ちくわ、みそ、ちりめん	たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン、ねぎ、えのきたけ
10	金	パン ハッシュドビーフ フレンチサラダ 果物	牛乳 青りんごゼリー 昆布	油、砂糖、ロールパン	牛乳、牛肉、ロースハム、こんぶ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ホールトマト、しめじ、きゅうり、コーン、グリーンピース
11	土	ミートスパゲティ 粉ふき芋	牛乳 果物 お菓子	メークイン、スパゲティ、油、砂糖	牛乳、牛ひき肉、チーズ、あおのり	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、しめじ、ピーマン
13	月	ご飯 筑前煮 ほうれん草のごま和え 果物	牛乳 チーズ蒸しパン	米、メークイン、蒸しパンミックス、こんにゃく、砂糖、ごま、油	牛乳、鶏肉、うずらの卵、チーズ、こんぶ	ほうれん草、にんじん、キャベツ、たけのこ、ごぼう、いんげん、しいたけ
14	火	ご飯 白身魚のカレー揚げ キャベツのしそひじき和え レタスのスープ	鉄分ヨーグルト	米、小麦粉、揚げ油	鉄分ヨーグルト、ホキ、ベーコン、しそひじき、わかめ、ホキ	キャベツ、レタス、にんじん、ねぎ
15	水	パン チキン南蛮 カリフラワーの甘酢和え 野菜スープ	わかめおむすび	米、小麦粉、マヨネーズ、揚げ油、ロールパン	鶏ささみ、卵、ベーコン、わかめご飯の素	カリフラワー、にんじん、たまねぎ、もやし、しめじ、コーン、きゅうり、ねぎ
16	木	ご飯 カレー豆腐 スパゲティサラダ 果物	牛乳 きな粉サンド	米、食パン、スパゲティ、マヨネーズ、マーガリン、砂糖、油、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉、ツナ、きな粉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン、グリーンピース、しいたけ

ひまわりやすにしこども園

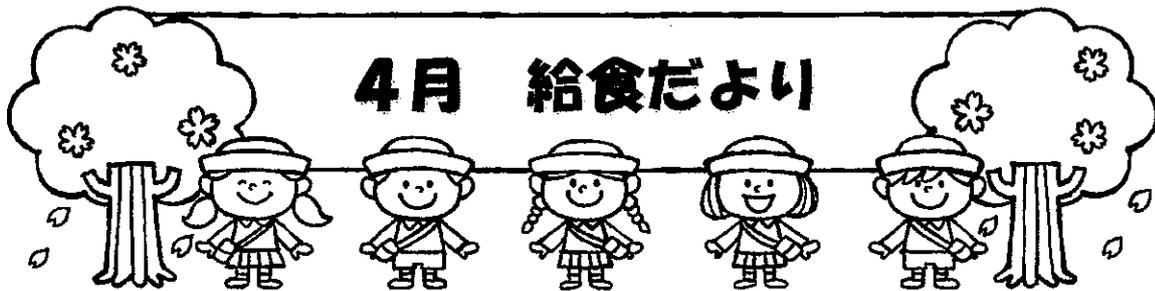
日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	金	ご飯 生揚げのそぼろ煮 小松菜のおひたし 果物	いちごプリン いりこ	米、メークイン、砂糖	絹厚揚げ、牛乳、牛ひき肉、 かえりいりこ、かつお節	たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、いんげん、しょうが
18		汁ビーフン きゅうりの酢の物	牛乳 果物 お菓子	ビーフン、片栗粉、油	牛乳、豚肉、ちりめん、わかめ	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ
20	月	ご飯 さわらの照り焼き スナップエンドウ 若竹汁	牛乳 フルーツポンチ	米、砂糖	牛乳、さわら、豆腐、わかめ、 さわら	たけのこ、もも、みかん、パイナップル、スナップえんどう、にんじん、ねぎ
21	火	ご飯 干草焼き アスパラガスサラダ みそ汁	牛乳 人参クラッカー	米、小麦粉、油、マヨネーズ、 砂糖	牛乳、卵、牛ひき肉、みそ、 油揚げ、煮干し	たまねぎ、にんじん、アスパラガス、キャベツ、もやし、ピーマン、コーン、ねぎ、しいたけ
22	水	ご飯 八宝菜 五色ナムル 果物	牛乳 マシュマロクリスピー	米、コーンフレーク、マーガリン、 片栗粉、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉、えび、うずらの卵	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン、もやし、ほうれんそう、ピーマン、しいたけ
23	木	ご飯 五目炒り豆腐 和風サラダ 果物	牛乳 揚げパン(ココア)	米、味パン、春雨、揚げ油、 油、砂糖	牛乳、豆腐、卵、牛ひき肉、ちくわ、かまぼこ、わかめ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ピーマン
24	金	ご飯 肉野菜炒め 切干大根の煮物 果物	牛乳 お麩ラスク	米、マーガリン、砂糖、おつゆ、 油、片栗粉	牛乳、鶏肉、いか、かまぼこ、 油揚げ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、切り干しだいこん、しめじ、コーン、いんげん、しいたけ
25		中華そば 里芋の煮っ転がし	牛乳 果物 お菓子	中華麺、さといも、砂糖	牛乳、豚肉、かまぼこ、わかめ	たまねぎ、にんじん、コーン
27	月	ご飯 まり揚げ マカロニサラダ ふのすまし汁	牛乳 ちんすこう	米、小麦粉、砂糖、マカロニ、 マヨネーズ、油、パン粉、おつゆ、 片栗粉、揚げ油	牛乳、豆腐、鶏ひき肉、ひじき、 こんぶ	キャベツ、にんじん、きゅうり、ねぎ、えのきたけ、コーン、みつば、しょうが
28	火	ご飯 凍り豆腐の炒め煮 小松菜のごま炒め 果物	牛乳 ゆでそら豆 お菓子	米、油、砂糖、いりごま、片栗粉	牛乳、えび、凍り豆腐、ちりめん、 こんぶ	そらまめ、こまつな、にんじん、キャベツ、グリーンピース、しいたけ
30		ご飯 アスパラガスと鶏肉のカレー キャベツとハムのサラダ 果物	牛乳 カップケーキ	米、メークイン、小麦粉、砂糖、 マーガリン、油	牛乳、鶏肉、卵、ローズハム、 ホイップクリーム、スキムミルク、 わかめ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、もも、きゅうり、アスパラガス



4日・11日・18日・25日・30日は園で主食を提供のため、幼児もご飯はいりません。

※ 2日・・・クラッカーサンド作り(ゆり組・ひまわり組)

15日・・・わかめおむすび作り(ゆり組・ひまわり組) 16日・・・きな粉サンド作り(ゆり組・ひまわり組)



2026年4月1日 ひまわりやすにしこども園

ご入園・ご進級おめでとうございます♪

暖かな春の陽気と共に、新年度がスタートします！

新しい環境を迎え、不安な気持ちでいっぱいの子どもたちもいると思いますが、たくさん給食を食べて体も心も大きくなってほしいと願っています。毎日楽しく安心でおいしい給食を提供できるよう、給食室一同、頑張っていますので一年間よろしくお願ひします。

ひよこ・ちゅうりっぷ・たんぼぼ組

〈完全給食〉

★9時15分頃に牛乳とお菓子のおやつを食べます。

★昼食には保育園で炊いたご飯70～80gとおかずを食べます。

(月に1～2回パンの日があります)

すみれ・ひまわり・ゆり組

〈副食給食〉

★昼食にはお家から、主食(ご飯・パン)を持ってきてください。

(4歳児でご飯110g程度)

★行事の日や土曜日のめん類の献立の日は、主食は園で提供します。



※15時のおやつは、牛乳・手作りおやつ・果物等を食べます。

※献立は毎月献立表で確認してください。

※幼児のご飯の量は目安ですので、初めは食べきれぬ量で、慣れてきたら徐々に量を増やしてください。



食育の日(わ食の日)について



広島市では、毎月19日(食育の日)に **和** 栄養バランスの摂れた日本型食生活 **輪** 食卓を囲む家族のだんらん **環** 環境に配慮した食生活 という3つのわ【わ食】を推進する【わしよくの日】としています。保育園でも毎月19日は【わ食の日】に合わせて、和食の一汁二菜の献立にしています。また、食育の日に三大アレルギー(鶏卵・牛乳・小麦)を使用しない(調味料は除く)献立にし、できるだけみんな同じ給食が食べられるよう、心がけていきます。



旬の食材を給食に

給食では、地域で収穫される旬の食材をメニューに取り入れ、調理法にも工夫を凝らしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。