



2026年 4月の献立 (彩ほっとランチ)

〈 ごあいさつ 〉

春の陽ざしが心地よい季節となりました。ご入園・ご進級おめでとうございます✽

安全でおいしい給食を心掛け、皆様に心を込めて給食をお届けしたいと思っております。

今年度もよろしくお願いたします。

日付	主食	おかず	1人分 エネルギー kcal たんぱく質 g	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (水)	おにぎり(さけ) はいがパン	シュウマイ、ポロニアソーセージ、ほうれんそうのソテー はるさめサラダ、オレンジ、クリームシチュー	394kcal 13.8g	鮭、卵、たら、豚肉、鶏肉、牛乳 脱脂粉乳、チーズ	米、小麦粉、小麦胚芽、ライ麦粉、砂糖 マーガリン、パン粉、澱粉、油、春雨、ごま、ごま油、じゃがいも	のり、玉ねぎ、ほうれん草、人参、コーン、いんげん オレンジ
2 (木)	ごはん	メバルのしろしょうゆやき、あつやきたまご、かにかまぼこフライ げんきサラダ、パイン、あんず、チンゲンサイのスープ	346 14.8	メバル、卵、たら、ほき、カニかま、えび 豚肉、かつお節	米、砂糖、油、パン粉	キャベツ、人参、コーン、塩昆布、パイン缶、あんず缶 チンゲン菜、玉ねぎ
3 (金)	ごはん	ぶたにくのスタミナやき、ハーフコーンのあまに、ポテトフライ こうやどうふのふくめに、おうとう、ブルー、だいこんとわかめのみそしる	435 12.9	豚肉、高野豆腐、みそ	米、砂糖、ごま油、じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、にんにく、りんご果汁、コーン、いんげん 黄桃缶、ブルー、大根、わかめ
6 (月)	チャーハンおにぎり こくとうパン	トンカツ、やさいとわかめのとうにゅうよせ、ぎょうざ こんにゃくのきんぴら、だいがくいも、とうふとほうれんそうのすましじる	383 10.4	なると、豚肉、豆乳、鶏肉、豆腐	米、小麦粉、黒糖、マーガリン、パン粉 油、米粉、澱粉、砂糖、こんにゃく、さつまいも、ごま油、ごま	ねぎ、パプリカ、かぼちゃ、玉ねぎ、わかめ、人参 にら、キャベツ、レモン果汁、ほうれん草
7 (火)	ホットドック クリームクロワッサン	とうふナゲット、こまつなとベーコンのごまあえ、ブロッコリーのマヨしょうゆあえ つくねボール、やさいジュースゼリー、とりとほうれんそうのしおこうじパスタ、コンソメスープ	383 11.6	卵、脱脂粉乳、豚肉、豆腐、豆乳、大豆 いとより、かつお節、鶏肉	小麦粉、砂糖、マーガリン、油、澱粉 ごま、マヨネーズ、パン粉	トマト、玉ねぎ、小松菜、ブロッコリー、野菜ジュース、ほうれん草 にんにく、人参
8 (水)	ポークカレーライス	チキンカツ、プレーンオムレツ、ハートかまぼこ シルバーサラダ、フルーツヨーグルト	515 12.8	豚肉、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、卵、ぐち たら、ふえだ、ヨーグルト	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、パン粉、春雨、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、にんにく コーン、いんげん、みかん缶、レモン果汁
9 (木)	ごはん	レバーフライクチャップソース、はなやさいのソテー、バイクドポテト トマトかまぼこ、いりとうふ、あんず、ようなし、はくさいとえのきのみそしる	390 9.6	鶏レバー、豚肉、たら、かつお節、卵、豆腐 みそ	米、パン粉、澱粉、砂糖、油 じゃがいも、バター	玉ねぎ、トマト、カリフラワー、ブロッコリー、人参、ほうれん草 あんず缶、洋梨缶、白菜、えのき
10 (金)	おにぎり(こんぶ) チーズパン	レモンカジキフライ、むきえだまめ、コーンしゅうまい やさいよせやき、コールスローサラダ、グレープフルーツ、オニオンスープ	372 11.9	卵、チーズ、かじき、大豆、豚肉、鶏肉 たら、脱脂粉乳	米、砂糖、小麦粉、小麦胚芽、ライ麦粉 マーガリン、パン粉、油、澱粉、マヨネーズ	生姜、のり、昆布、レモン果汁、枝豆、キャベツ 玉ねぎ、コーン、あおさ、人参、ブロッコリー、グレープフルーツ
13 (月)	ごはん	さばのカレーしょうゆやき、チキンボール、ももいろさつまあげ ブロッコリーのスープに、だいこんのもの、だいがくいも、とうふとなめこのみそしる	400 13.7	さば、鶏肉、えそ、たら、卵、豆腐 みそ	米、油、パン粉、砂糖、澱粉 さつまいも、黒糖、ごま油、ごま	玉ねぎ、ブロッコリー、大根、レモン果汁、なめこ
14 (火)	うどん	だんしゃくコロケ、みそつくね、かにかまぼこ ちくわとピーマンのカレーマヨ、おうとう、あんにんどうふ	330 11.3	油揚げ、豚肉、ゼラチン、むぎみそ、みそ、鶏肉 いとより、えそ、たら、えび、かに、卵、たちうお、牛乳	砂糖、パン粉、じゃがいも、澱粉、油 マヨネーズ	ねぎ、人参、玉ねぎ、ごぼう、筍、ピーマン 生姜、黄桃缶
15 (水)	ごはん	ビーフミニステーキ、スパゲティ、にんじんあまに うずまきポテト、ちゅうかきりほしだいこんサラダ、パイン、ブルー、コーンポタージュ	514 13.5	牛肉、ゼラチン、牛乳、脱脂粉乳、チーズ	米、砂糖、小麦粉、油、じゃがいも ごま油、ごま、バター	玉ねぎ、レモン果汁、人参、切干大根、きゅうり、パイン缶 ブルー、コーン
16 (木)	ごはん	あかうおちゃんちゃんやき、わふうオムレツ、とりのからあげ むきえだまめのとろそばろいため、ようなし、あんず、じゃがいもとたまねぎのみそしる	440 16.8	赤魚、みそ、かまぼこ、卵、鶏肉、脱脂粉乳	米、砂糖、澱粉、小麦粉、油 じゃがいも	キャベツ、人参、玉ねぎ、こねぎ、にんにく、生姜 枝豆、洋梨缶、あんず缶
17 (金)	わかめおにぎり ツナマヨネーズパン	ローストチキン、あげぎょうざ、ブロッコリー ビーフいため、オレンジ、えのきとにんじんのすましじる	355 10.2	かつお、鶏肉、豚肉	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、澱粉 油、ごま油、米粉	わかめ、キャベツ、玉ねぎ、生姜、にんにく、ブロッコリー 人参、オレンジ、えのき
20 (月)	コロケパン チョコクロワッサン	とうふナゲット、コーンといんげんのソテー、だしまきたまご あおりんごゼリー、ナポリタン、えのきのスープ	421 10.1	卵、脱脂粉乳、牛肉、豆腐、豆乳、大豆 いとより、かつお節、豚肉	小麦粉、砂糖、マーガリン、じゃがいも、澱粉 油、カカオ	玉ねぎ、コーン、いんげん、りんご缶、トマト、ピーマン マッシュルーム、えのき、人参
21 (火)	ごはん	ぶたにくのさいきょうやき、にんじんかまぼこ、かぼちゃコロケ こまつなのしおこんぶソテー、おうとう、パイン、ねぎとわかめのみそしる	426 12.2	豚肉、ゼラチン、みそ、たら	米、砂糖、油、澱粉、小麦粉 パン粉、じゃがいも、マーガリン	玉ねぎ、人参、ほうれん草、かぼちゃ、小松菜、塩昆布 黄桃缶、パイン缶、ねぎ、わかめ
22 (水)	ごはん	ジャンボシュウマイ、スパイシーロール、マカロニいため ほうれんそうのおひたし、にくじゃが、ブルー、ようなし、だいこんとあぶらあげのみそしる	436 10.4	たちうお、ゼラチン、卵、鶏肉、えび、かに 豚肉、かつお節、油揚げ、みそ	米、小麦粉、油、砂糖、じゃがいも マカロニ、こんにゃく	玉ねぎ、トマト、バナナ、枝豆、ほうれん草、人参 ブルー、洋梨缶、大根
23 (木)	ちゅうかどん	にくだんごのチリソース、さつまいものあまに、チーズかまぼこ カリフラワーのソテー、オレンジ	503 14.6	豚肉、鶏肉、牛肉、えそ、たら、卵 チーズ	米、砂糖、ごま油、澱粉、パン粉 油、さつまいも	人参、白菜、椎茸、ヤングコーン、玉ねぎ、ねぎ 生姜、にんにく、トマト、カリフラワー、オレンジ
24 (金)	あおなおにぎり ハムチーズパン	さけのなかおちカツ、にんじんしりしり、あおのりポテト あかかぶかまぼこ、とりレバーのあまからに、グレープフルーツ、こまつなのスープ	384 13.7	豚肉、卵、クリームチーズ、鮭、ゼラチン、かつお節 ツナ、たら、鶏レバー	米、小麦粉、米粉、砂糖、マーガリン パン粉、マヨネーズ、油、澱粉、じゃがいも	しそ、大根葉、キャベツ、玉ねぎ、人参、あおさ ほうれん草、生姜、グレープフルーツ、小松菜
27 (月)	ごはん	ハンバーグブラウンソース、スパゲティ、にんじんグラッセ バターブロッコリー、カレーポテトサラダ、ストロベリーケーキ、しおこうじスープ	440 11.1	卵、豚肉、鶏肉、牛肉、ゼラチン、牛乳 脱脂粉乳	米、砂糖、小麦粉、澱粉、油 バター、じゃがいも、マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、人参、ブロッコリー、生姜、いちご キャベツ
28 (火)	チキンカレーライス	あげシュウマイ、ほうれんそうオムレツ、ウインナー キャベツとかにかまのサラダ、あんず、いちごゼリー	442 10.9	鶏肉、脱脂粉乳、チーズ、たら、豚肉、卵 いとより、かに、大豆	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、パン粉、ごま油	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、にんにく ほうれん草、キャベツ、あんず缶、ぶどう
29 (水)	〈しょうわのひ〉					
30 (木)	しょうゆラーメン	はるまき、シュウマイ、あじのさんがやき パンパンジーサラダ、だいがくいも	426 12.9	鶏肉、ゼラチン、たら、豚肉、あじ、みそ 卵	中華麺、ごま油、小麦粉、春雨、砂糖 油、澱粉、パン粉、ごま、さつまいも、黒糖	にんにく、キャベツ、筍、玉ねぎ、椎茸、ごぼう ねぎ、きゅうり、レモン果汁

〈 一口メモ 〉

☆食育ってどんなこと？

食育とは様々な体験を通して、『食』に関する知識と力を育むことです。
「食」の大切さを意識し、豊かな食の体験を積み重ねて、楽しい食生活を送りましょう。

～ 食育で目指す子どもの姿 ～

- 食事のリズムがもてる 食事のとき、おなかはずいいていますか？
- 食事を味わって食べる よくかんでゆっくり食べていますか？
- 一緒に食べたい人がいる 楽しく食事をしていますか？
- 食事づくりや準備にかかわる 食事づくりに挑戦していますか？



健康的な食生活を身につけるとともに、だれかと食事を楽しんだり、野菜を栽培・収穫したり、旬の食材や郷土料理を味わったりすることで、体と心の健康を維持していきましょう！

- * 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。
- * スプーン・フォークがあると食べやすい日には、マークがつけてあります。
- * 魚の骨は出来るだけ除いておりますが、まれに骨が残っていることがありますのでご注意ください。
- * アレルゲンの詳細につきましては、ホームページ上のアレルギー一覧表にてご確認ください。

株式会社 幼稚園給食 <https://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場 船橋市三咲5-32-21 TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場 龍ヶ崎市川原代町3997-1 TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場 佐倉市神門439 TEL 043-498-8500 (代)



	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1 (水)	おにぎり(さけ) はいがパン シュウマイ ポロニアソーセージ ほうれんそうのソテー はるさめサラダ オレンジ クリームシチュー	乳・卵 乳		豚肉・鶏肉	さけ		大豆		16 (木)	ごはん あかうおちゃんちゃんやき わふうオムレツ どりのからあげ むきえだまめのとりそぼろいため ようなし あんず じゃがいもとたまねぎのみそしる					大豆 小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
2 (木)	ごはん メバルのしろしょうゆやき あつやきたまご かにかまぼこフライ げんきサラダ パイ あんず チンゲンサイのスープ				さば		大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆・小麦		17 (金)	わかめおにぎり ツナマヨネーズパン ロースチキン あげぎょうざ ブロッコリー ピーファンいため オレンジ えのきとにんじんのすましじる	乳・卵			りんご	小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆・小麦	
3 (金)	ごはん ぶたにくのスタミナやき ハーフコーンのあまに ポテトフライ こうやどうふのふくめに おうとう ブルー だいこんとわかめのみそしる			豚肉		りんご	大豆・小麦		20 (月)	コロッケパン チョコクロワッサン どうふナゲット コーンといんげんのソテー だしまきたまご あおりんごゼリー ナポリタン えのきのスープ	乳・卵 乳・卵		牛肉		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
6 (月)	チャーハンおにぎり こくとらん トンカツ やさいとわかめのとうにゅうよせ ぎょうざ こんにゃくのきんぴら だいがくいも どうふとほうれんそうのすましじる	乳		豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		21 (火)	ごはん ぶたにくのさいきょうやき にんじんかまぼこ かぼちゃコロケ こまつなのしおこんぶソテー おうとう パイ ねぎとわかめのみそしる					大豆 ゼラチン・豚肉 大豆 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	
7 (火)	ホットドック クリームクロワッサン どうふナゲット こまつなとベーコンのごまあえ ブロッコリーのマヨしょうゆあえ つくねボール やさしいジュースゼリー とりとほうれんそうのしおこうじパスタ コンソメスープ	乳・卵 乳・卵		ゼラチン・豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		22 (水)	ごはん ジャンボシュウマイ スパイスロール マカロニいため ほうれんそうのおひたし にくじゃが ブルー ようなし だいこんとあぶらあげのみそしる	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉	バナナ	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	
8 (水)	ボーカレラライス チキンカツ プレーンオムレツ ハートかまぼこ シルバーサラダ フルーツヨーグルト	乳 卵 卵 卵 乳・卵		豚肉・鶏肉 鶏肉 豚肉	りんご・バナナ		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦		23 (木)	ちゅうかどん にくだんこのチリソース きつまいものあまに チーズかまぼこ カリフラワーのソテー オレンジ	乳		豚肉・鶏肉・牛肉		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆・小麦 オレンジ	ごま油 ごま油
9 (木)	ごはん レバーフライケチャップソース はなやさいのソテー ベイクドポテト トマトかまぼこ いりどうふ あんず ようなし はくさいとえのきのみそしる			豚肉・鶏肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆 大豆 大豆		24 (金)	あおなおにぎり ハムチーズパン さけのなかおちカツ にんじんしりしり あおのりポテト あかかぶかまぼこ とりレバーのあまからに グレープフルーツ こまつなのスープ	乳・卵 卵 卵		豚肉・鶏肉		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦	
10 (金)	おにぎり(こんぶ) チーズパン レモンカジキフライ むきえだまめ コーンしゅうまい やさしいせやき コールスローサラダ グレープフルーツ オニオンスープ	乳・卵 卵					大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆 大豆 大豆		27 (月)	ごはん ハンバーグブラウンソース スパゲティ にんじんグラッセ バターブロッコリー カレーポテトサラダ ストロベリーケーキ しおこうじスープ	乳・卵 卵		豚肉・鶏肉・牛肉 鶏肉	りんご	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	大豆・小麦 大豆・小麦
13 (月)	ごはん さばのカレーしょうゆやき チキンボール ももいろさつまあげ ブロッコリーのスープに だいこんのもの だいがくいも どうふとなめこのみそしる				さば		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆		28 (火)	チキンカレーライス あげシュウマイ ほうれんそうオムレツ ウインナー キャベツとかにかまのサラダ あんず いちごゼリー	乳 乳 卵		豚肉・鶏肉	りんご・バナナ	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	大豆・小麦 大豆
14 (火)	うどん だんしゃくコロケ みそつくね かにかまぼこ ちくわとビーマンのカレーマヨ おうとう あんにとどうふ			豚肉 豚肉 ゼラチン・鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆		30 (木)	しょうゆラーメン はるまき シュウマイ あじのさんがやき ハン・ハンジーサラダ だいがくいも	乳		ゼラチン・豚肉・鶏肉 鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉 鶏肉	さば	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油 ごま油 ごま油 ごま油 ごま油・ごま
15 (水)	ごはん ビーフミニステーキ スパゲティ にんじんあまに うずまきポテト ちゅうかきりほしだいこんサラダ パイ ブルー コーンポタージュ	乳		ゼラチン・牛肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦								大豆・小麦 小麦 大豆 小麦 小麦 大豆・小麦	

※アレルギー項目 該当28品目名	卵・乳 卵 乳	甲殻類 えび かに	肉類・ゼラチン 鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	魚介類 さけ さば いか あわび いくら	野菜類・きのこ類・果物類 やまいも オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	穀類・豆類 小麦 大豆 そば(不使用)	種実類 ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ マカダミアナッツ 落花生(不使用)
---------------------	---------------	-----------------	-----------------------------------	-------------------------------------	---	------------------------------	---

※上記のアレルギー品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。
 ※揚げ油は、ち適して使用している為、アレルギー一覧に記載されていないアレルギーも含まれている可能性もあります
 ※特定・推奨アレルギー項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができません、安全性を考慮しお応えすることができません。ご了承ください。