



# 2026年度 4月予定献立表



幼保連携型認定こども園  
明石南こどもの城

※ナッツ類全般は使用していません(くるみ、ピーカンナッツ、カシューナッツ、ピーナッツ、アーモンド等)

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 おやつ
1	水	せんべい ほうじ茶	ごはん プリのからあげ 三色ごま和え 豆腐のすまし汁 バナナ	お麩ラスク 牛乳	せんべい ほうじ茶
2	木	せんべい 牛乳	焼きそば 野菜スープ オレンジ	フレンチトースト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
3	金	クラッカー アップルジュース	胚芽パン カレイのタルタル焼き ジャーマンポテト ポタージュースープ バナナ	コーンごはん ほうじ茶	ウエハース ほうじ茶
4	土	ポーロ 牛乳	肉うどん わかめの酢のもの パイン	ゆかりごはん 牛乳	
5	日				
6	月	クッキー ほうじ茶	ごはん アジのみそ焼き 切り昆布煮 あさりとたまごのスープ りんご	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
7	火	せんべい 牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨スープ パイン	お好み焼 ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
8	水	ビスケット 牛乳	麦ごはん ふわふわ卵焼き ほうれん草のナムル 豚汁 バナナ	さつま芋とリンゴのケーキ ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
9	木	せんべい ほうじ茶	お祝い会 メニュー 赤飯 鯖の西京焼き 春野菜の和え物 かぼちゃ煮 花麩のすまし汁 さくらゼリー	いちご蒸しパン アップルジュース	クラッカー ほうじ茶
10	金	せんべい 牛乳	食パンサンド ブロッコリーとわかめのサラダ コーンスープ オレンジ	ごはんお焼 牛乳	せんべい ほうじ茶
11	土	クッキー 牛乳	ハヤシライス コンソメスープ バナナ	カステラ 牛乳	
12	日				
13	月	せんべい ほうじ茶	ごはん 鮭のチーズ焼き 洋風筑前煮 かきたま汁 キウイフルーツ	れんこんチップス 牛乳	せんべい ほうじ茶
14	火	ウエハース ほうじ茶	ごはん 五目豆腐 じゃがいものみそ汁 フルーツ缶	トマトマカロニ 牛乳	ポーロ ほうじ茶
15	水	せんべい ほうじ茶	ごはん プリのからあげ 三色ごま和え 豆腐のすまし汁 バナナ	お麩ラスク 牛乳	せんべい ほうじ茶
16	木	せんべい 牛乳	焼きそば 野菜スープ オレンジ	フレンチトースト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
17	金	クラッカー アップルジュース	胚芽パン カレイのタルタル焼き ジャーマンポテト ポタージュースープ バナナ	コーンごはん ほうじ茶	ウエハース ほうじ茶
18	土	ポーロ 牛乳	肉うどん わかめの酢のもの パイン	ゆかりごはん 牛乳	
19	日				
20	月	クッキー ほうじ茶	ごはん アジのみそ焼き 切り昆布煮 あさりとたまごのスープ りんご	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
21	火	せんべい 牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨スープ パイン	お好み焼 ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
22	水	ビスケット 牛乳	麦ごはん ふわふわ卵焼き ほうれん草のナムル 豚汁 バナナ	さつま芋とリンゴのケーキ ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
23	木	せんべい 牛乳	ビビンバ丼 中華スープ パイン	焼ビーフン ほうじ茶	クラッカー ほうじ茶
24	金	せんべい 牛乳	食パンサンド ブロッコリーとわかめのサラダ コーンスープ オレンジ	ごはんお焼 牛乳	せんべい ほうじ茶
25	土	クッキー 牛乳	ハヤシライス コンソメスープ バナナ	カステラ 牛乳	
26	日				
27	月	せんべい ほうじ茶	ごはん 鮭のチーズ焼き 洋風筑前煮 かきたま汁 キウイフルーツ	のりしおポテトフライ 牛乳	せんべい ほうじ茶
28	火	ウエハース ほうじ茶	ごはん 五目豆腐 じゃがいものみそ汁 フルーツ缶	トマトマカロニ 牛乳	ポーロ ほうじ茶
29	水				
30	木	せんべい ほうじ茶	カレーライス ウィンナースープ りんご	おさつチーズクラッカー 牛乳	ビスケット ほうじ茶

※都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、市販の菓子類を提供いたします。

## ★今月の行事食★ 4/9(木) 入園進級お祝い会



お赤飯がです

「赤飯」は、もち米にあずきを混ぜて蒸したもので、日本の伝統料理です。あずきの代わりに甘納豆やお砂糖で甘く仕上げる地域もあります。食べる機会が少なく食べ慣れないため、苦手な料理に挙げる子ども達もみられますが、楽しく美味しく食べられるよう、伝統食を伝えていきたいと考えています。

## 今月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	489kcal	19.7g	15.1g	1.3g
・3歳以上児	604kcal	24.4g	18.6g	1.6g