

2026年

双葉ヶ丘幼稚園（幼稚園部）



<調理担当>

後藤 南  
山崎 吉田

<献立担当> 橋本



日付	行事	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
				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
07 火		ミネストローネ、照り焼きミートボール、コールスローサラダ	223.4	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油、片栗粉	チキンボール、ロースハム、ベーコン	キャベツ、コーン、胡瓜、玉葱、いんげん、人参、ホールトマト
08 水		えのきのみそ汁、鮭の塩焼き、厚揚げと豚肉の煮物	140.4	砂糖、油	さけ、厚揚げ、豚肉、味噌	玉葱、えのきたけ、いんげん、ねぎ、わかめ
09 木		コンソメスープ、鶏肉のトマト煮込み、ツナスパサラダ	228.0	スパゲティ、マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、ベーコン、卵、はごろもツナ	玉葱、人参、胡瓜、ミックスペパタブル、ホールトマト、貝割れ菜
10 金		春雨スープ、チンジャオロースー、小松菜とベーコンのサラダ	172.4	はるさめ、砂糖、片栗粉	豚肉、ベーコン、ごま	小松菜、玉葱、もやし、青ピーマン、赤ピーマン、コーン、ねぎ、わかめ
13 月	13(月)~17(金) 家庭訪問・個人懇談期間のため 午前保育 ※白ごはんは ありません	【軽食】 ハムチーズパン、ミニクリームパン、バナナ、牛乳	264.7	ハムチーズパン、ミニクリームパン	牛乳	バナナ
14 火		【軽食】 ※お箸を持ってきてください 焼きそば	208.4	焼きそばめん、ごま油	豚肉	キャベツ、玉葱、もやし、人参
15 水		【軽食】 からあげサンド、チョコパン、牛乳	320.0	ロールパン、チョコパン、マヨネーズ	牛乳、チキン竜田	キャベツ
16 木		【軽食】 ※お箸を持ってきてください ちゃんぽん	171.2	ちゃんぽんめん、ごま油	豚肉、かまぼこ	玉葱、キャベツ、人参、もやし、黒きくらげ、にら
17 金		【軽食】 ミニクリームパン、フィッシュサンド、牛乳	326.2	ロールパン、ミニクリームパン、マヨネーズ、油	牛乳、白身魚フライ	キャベツ
20 月		玉ねぎのみそ汁、メンチカツ、切干大根の煮物	122.9	油、砂糖	メンチカツ、味噌、油揚げ	玉葱、しいたけ、人参、いんげん、切り干しだいこん、ねぎ、わかめ
21 火	★	ポークカレー、フルーツヨーグルト	209.2	じゃがいも、砂糖	プレーンヨーグルト、豚ひき肉	玉葱、もも、みかん、パイナップル、人参、バナナ、青ピーマン
22 水		油揚げのみそ汁、照り焼きハンバーグ、うま塩ひじき	200.1	砂糖、油、片栗粉	ミニハンバーグ、鶏むね肉、油揚げ、味噌	人参、玉葱、いんげん、しいたけ、ひじき、ねぎ
23 木	★	春野菜のクリームシチュー、フロッキーとツナのマヨ和え	204.2	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油	鶏もも肉、ツナ	フロッキー、玉葱、人参、コーン
24 金	お誕生日会	わかめスープ、チキン竜田、ポテトサラダ、苺の春色二色ゼリー	339.3	じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖	チキン南蛮、ホイップクリーム、牛乳、ロースハム、ごま	人参、玉葱、胡瓜、いちご、コーン、ねぎ、わかめ
27 月		けんちん汁、揚げ餃子、キャベツの胡麻和え	166.6	さといも、油、砂糖	ぎょうざ、鶏もも肉、木綿豆腐、ごま	キャベツ、人参、大根、ごぼう、ねぎ
28 火		オニオンスープ、野菜コロッケ&ポロネーゼ	150.3	野菜コロッケ、スパゲティ、油、砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉	玉葱、人参、コーン
30 木	★	中華スープ、マーボー丼	159.6	片栗粉、ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、卵、味噌、ごま	玉葱、人参、ねぎ、コーン、わかめ、しょうが
5/1 金		わかめと筍のスープ、ナゲット、人参サラダ、かしわもち	277.7	油、マヨネーズ、砂糖	チキンナゲット、はごろもツナ、卵	人参、玉葱、たけのこ、コーン、いんげん、わかめ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

【持ち物】

- 白ごはん
- おはし
- コップ（毎日持たせて下さい）

新入園児の給食は  
**4/13(月)から**  
はじまります

朝ごはんて元気にスタート！

幼稚園で元気に遊びながら多くのことを学ぶためには、1日の始まりである「朝に栄養補給する」ことが大切です。朝ごはんには2つの大きな役割があります。

- ①人の身体に備わっている「体内時計」に働きかけて眠りから活動のリズムを整えること
- ②日中の必要なエネルギーと栄養素を補給すること

幼児期は生活習慣の基礎を身につける大切な時間です。ご家庭でも朝ごはんから1日をスタートさせることを心がけましょう。



手洗い・うがいをしっかりしましょう！

人の手は、いろいろな物を触ったりつかんだりしているため、目に見えないたくさんの細菌やウイルスが付着しています。その中には、食中毒などを引き起こすものもありますので、ていねいに手を洗いましょう。特に指先やつめ、指の間や手首など洗い残しが多いのでしっかりと洗いましょう。手だけではなく口の中にもウイルスが付着している可能性もあるので、外から帰った後はうがいもしっかりと行いましょう。

