



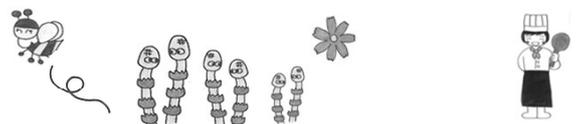
# 2025年4月 献立表

社会福祉法人 都島友の会  
こども発達サポートセンター

日曜日	献立名 (昼食)		黄色 熱や力になる エネルギー源	赤色 血や肉になる たんぱく質源	緑色 体の調子をよくなる ビタミン・ミネラル源
1 火	ご飯 鮭の塩焼き 切り干し大根の炒め煮 みそ汁 パナナ	牛乳	米	鮭 豚肉 牛乳	切り干し大根 人参 えのき草 小松菜 バナナ
2 水	チャーハン ツナサラダ ポテトフライ みそ汁 いちご	牛乳	米 じゃが芋	豚肉 ツナ 牛乳 わかめ	玉葱 干し椎茸 青ねぎ コーン 人参 かいわれ大根 胡瓜 キャベツ いちご
3 木	ご飯 もやしサラダ みそ汁	牛乳	米	鶏肉 牛乳 さつま揚げ 豆腐	生姜 もやし キャベツ 人参 小松菜
4 金	ご飯 みそ汁 すき焼き風煮込み もやしナムル	牛乳	米 こんにゃく 小麦粉	牛肉 豆腐 かまぼこ 油揚げ 豆乳 牛乳	人参 玉葱 白菜 白ねぎ もやし 胡瓜 小松菜
5 土	豚肉丼ぶり お浸し みそ汁	お茶	米 さつま芋	豚肉	玉葱 もやし キャベツ ほうれん草 人参 えのき草
7 月	鶏そぼろ丼ぶり 春雨サラダ みそ汁 いちご	牛乳	米 春雨	鶏肉 わかめ 牛乳	生姜 人参 ほうれん草 胡瓜 コーン キャベツ 南瓜 青ねぎ いちご
8 火	カレーライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳	米 じゃが芋	牛肉 牛乳	玉葱 人参 胡瓜 ブロッコリー キャベツ オレンジ
9 水	ご飯 すまし汁 パナナ 鯖のごま味噌焼き 春キャベツと豚肉の炒め物	牛乳	米 ごま	鯖 豚肉 豆腐 牛乳	玉葱 人参 春キャベツ コーン えのき草 青ねぎ アスパラガス パナナ
10 木	煮込みうどん 南瓜の天ぷら 白菜のおかか和え	牛乳	うどん ごま 小麦粉	鶏肉 厚揚げ かつお節	人参 玉葱 小松菜 南瓜 白菜 えのき草
11 金	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き しらす和え みそ汁	牛乳	米	鶏肉 しらす 豆腐 牛乳	青ねぎ キャベツ 小松菜 なめこ かいわれ大根
12 土	休園日				
14 月	ご飯 もやしスープ キャベツ入りマーボー豆腐 蒸しシューマイ	牛乳	米	豆腐 豚肉 牛乳	玉葱 人参 キャベツ 生姜 青ねぎ 白ねぎ もやし 小松菜
15 火	パン 春キャベツのスープ ハンバーグ オープンポテト イタリアンサラダ	牛乳	パン じゃが芋	牛肉 豚肉 鶏肉 鶏肝臓 大豆 寒天 牛乳	玉葱 春キャベツ パセリ ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン
16 水	ツナコーンピラフ ポテトサラダ 大根のスープ	牛乳	米 じゃが芋	ツナ 鶏肉 牛乳	玉葱 人参 ピーマン コーン 胡瓜 キャベツ 大根 小松菜
17 木	わかめうどん 大豆入りかき揚げ しらす和え	牛乳	うどん さつま芋 小麦粉	わかめ かまぼこ 大豆 しらす	青ねぎ 玉葱 コーン みつば キャベツ 小松菜
18 金	ご飯 みそ汁 鯖の塩焼き パナナ 肉じゃが	牛乳	米 じゃが芋 こんにゃく	鯖 牛肉 油揚げ 牛乳	玉葱 人参 グリンピース ほうれん草 バナナ
19 土	休園日				
21 月	ご飯 みそ汁 鶏肉のカレー焼き ゆかり和え	牛乳	米	鶏肉 豆腐 しらす 牛乳	パセリ キャベツ しめじ茸 人参 玉葱 青ねぎ
22 火	ハヤシライス キャベツサラダ オレンジ	牛乳	米 じゃが芋	牛肉 牛乳	玉葱 人参 マッシュルーム グリンピース キャベツ 胡瓜 ヤングコーン ブロッコリー オレンジ
23 水	ご飯 みそ汁 魚のおろし煮 ココロサラダ	牛乳	米 じゃが芋	鯖 厚揚げ ひじき 牛乳 わかめ	大根 人参 玉葱 胡瓜 青ねぎ
24 木	焼きそば 中華スープ オープンポテト パナナ	牛乳	中華麺 じゃが芋	豚肉 竹輪 青のり 豆腐	人参 玉葱 キャベツ もやし 青梗菜 パナナ
25 金	ご飯 すまし汁 トンカツ 胡瓜としらすの酢の物	牛乳	米 こんにゃく 小麦粉	豚肉 わかめ しらす 牛乳	胡瓜 えのき草 白菜 青ねぎ
26 土	休園日				
28 月	ご飯 胡瓜のさっぱり和え 鯖のマヨネーズ焼き ひじきのそぼろ炒め みそ汁	牛乳	米	鯖 鶏肉 ひじき 牛乳	パセリ 胡瓜 人参 いんげん 小松菜 玉葱 にんにく
29 火	昭和の日				
30 月	ご飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き 新じゃがの炒め物	牛乳	米 じゃが芋	鶏肉 豆腐 ウィンナー 牛乳	玉葱 ピーマン ほうれん草

ご入園・ご進級おめでとうございます。  
給食では四季に応じ旬の野菜を中心としたメニュー作りを心掛け、  
出来る限り多くの食材を味わえるようにと考えています。  
お家と給食のふたつの大切な食事を通して  
たくさんのご意見を学び食育を進めたいと思っています。

\*給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。



メディッシュフードサービス  
管理栄養士 作成