



4月の給食だより



2026年4月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	3歳未満児		1～5歳児		食品名	I補正 (kcal) たん白質(g) 脂質(g)
	午前 間食	昼食	午後 間食			
1(水)	牛乳 ポーロ	焼肉丼 すまし汁 デザート(パン缶)	牛乳 棒チーズ ビスケット		米 豚肉 たまねぎ キャベツ 人参 系こんにゃく 油 みそ 濃口醤油 三温糖 青ねぎ みりん ごま油 片栗粉/白玉麩 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油/パン缶(棒チーズ)	551kcal 27.9g 18.8g
2(木)	牛乳 せんべい	ごはん 豆腐と鶏挽き肉のナゲット 茹で野菜 みそ汁	牛乳 りんご せんべい		米/鶏ひき肉 木綿豆腐 土生姜 白洗いごま たまねぎ 小麦粉 塩 片栗粉 油 代替)豚ひき肉 代替)じゃが芋/人参 フロccoliー とんかつソース/ さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (りんご)	651kcal 26.1g 21.3g
3(金)	牛乳 あられ	ごはん 煮魚(赤魚) 酢の物 みそ汁	牛乳 ☆フライドポテト せんべい		米/赤魚 土生姜 三温糖 濃口醤油 みりん 酒 削り節 代替)豚肉 /きゅうり しらす干し わかめ 濃口醤油 酢 三温糖/大根 しめじ たまねぎ 人参 みつば みそ 削り節 (じゃがいも サラダ油 塩)	558kcal 28.1g 17.3g
4(土)	牛乳 せんべい	焼きうどん みそ汁 りんご	牛乳 ふかしもち せんべい		うどん 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 青ねぎ 油 花かつお 濃口醤油/木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 小松菜 みそ 削り節 /りんご(さつまいも)	531kcal 22.9g 14.9g
6(月)	牛乳 せんべい	ごはん ハンバーグ 茹で野菜 野菜スープ	牛乳 みかん缶 せんべい		米/牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 豆乳 油 塩 トマトケチャップ ウスターソース 代替)豚ひき肉 /人参 フロccoliー/豚肉 たまねぎ キャベツ ほうれんそう 野菜スープの素 (みかん缶)	556kcal 26.0g 20.5g
7(火)	牛乳 せんべい	カレーライス 煮びたし フレッシュゼリー	牛乳 りんご せんべい		米 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油/キャベツ きゅうり しらす干し 濃口醤油/フレッシュゼリー (りんご)	679kcal 20.1g 16.0g
8(水)	牛乳 ポーロ	ふりかけごはん 高野豆腐の含め煮 フロccoliーのおかか和え すまし汁 デザート(バナナ)	牛乳 棒チーズ せんべい		米 ふりかけ/鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 干しいたけ 三度豆 三温糖 濃口醤油 削り節 酒 代替)豚肉/フロccoliー 花かつお 濃口醤油/大根 人参 しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節 /バナナ (棒チーズ)	592kcal 31.9g 20.0g
9(木)	牛乳 せんべい	ロールパン ミートスパゲッティー 華風卵スープ	牛乳 ☆フルーツコーンフレーク		ロールパン/スパゲッティー 豚ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 油/卵 たまねぎ ベーコン 人参 わかめ スープストック ごま油 片栗粉 代替)豚肉 代替)コーン (みかん缶 もも缶 バナナ レーズン 上白糖 コーンフレーク)	588kcal 23.0g 23.4g
10(金)	牛乳 あられ	ごはん 白身魚の立つ田揚げ 茹でキャベツ みそ汁	牛乳 ☆ポップコーン フレッシュゼリー		米/メルルーサ 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 片栗粉 油 代替)豚肉 /キャベツ とんかつソース/木綿豆腐 はくさい 人参 青ねぎ みそ 削り節 (加熱用ポップコーン 油 塩) (フレッシュゼリー)	643kcal 27.0g 17.2g
11(土)	牛乳 せんべい	しょうゆスパゲッティー 野菜スープ もも缶	牛乳 ふかしおじゃが せんべい		スパゲッティー 豚肉 たまねぎ 生しいたけ 人参 ピーマン しめじ 濃口醤油 三温糖 油/たまねぎ 大根 ほうれんそう 人参 野菜スープの素 /もも缶 (じゃがいも)	544kcal 22.5g 12.4g
13(月)	牛乳 せんべい	中華丼 みそ汁 デザート(りんご)	牛乳 ☆ミックスドロップドーナツ		米 豚肉 干しいたけ はくさい たけのこ缶 人参 たまねぎ 三度豆 濃口醤油 酒 みりん 片栗粉 スープストック(中華用) ごま油 削り節 油/ 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 削り節 みそ/りんご (ホットケーキミックス 卵 りんご レーズン 油)	545kcal 24.1g 18.0g
14(火)	牛乳 せんべい	ごはん からあげ 茹でフロccoliー(マヨネーズ) みそ汁	牛乳 ☆フルーツヨーグルト和え		米/鶏肉 土生姜 上新粉 片栗粉 濃口醤油 酒 油 代替)豚肉 /フロccoliー マヨネーズ/さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (バナナ いちご レーズン みかん缶 上白糖 ヨーグルト)	662kcal 28.5g 25.4g
15(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 蒲焼風 茹で野菜(キャベツ・人参) わかめ卵スープ	牛乳 バナナ かりんとう		米/メルルーサ 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖 代替)豚肉/キャベツ 人参/大根 卵 人参 たまねぎ わかめ 野菜スープの素 代替)豚肉・コーン (バナナ)	575kcal 25.5g 17.4g
16(木)	牛乳 せんべい	ごはん 肉じゃが そうめんのすまし汁	りんごジュース ☆さつまいもの素揚げ		米/豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 系こんにゃく 三度豆 三温糖 濃口醤油 油/そうめん 人参 ましたけ チンゲンサイ 出し昆布 削り節 薄口醤油 (さつまいも 油)	592kcal 14.3g 9.5g
17(金)	牛乳 あられ	弁当日	牛乳 米粉タルト(市販) せんべい		(さつまいもと栗のタルト)	249kcal 9.2g 12.7g
18(土)	牛乳 せんべい	カレーライス パン缶	牛乳 ゼリー せんべい		米 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油/パン缶 (みかんゼリー)	513kcal 17.9g 15.8g
20(月)	牛乳 せんべい	ごはん カミカミデー 焼き魚 たけのこの煮物 かぼちゃのみそ汁	牛乳 キウイフルーツ クラッカー		米/さば 塩 油 代替)豚肉/豚肉 たけのこ缶 人参 濃口醤油 三温糖 削り節/かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節 (キウイフルーツ)	563kcal 30.2g 22.1g
21(火)	牛乳 せんべい	麻婆豆腐丼 かきたま汁 デザート(もも缶)	牛乳 ☆焼きそば		米 豚ひき肉 土生姜 木綿豆腐 たまねぎ 人参 生しいたけ 青ねぎ 油 みそ 濃口醤油 三温糖 塩 片栗粉 みりん 削り節 代替)じゃがいも /卵 たまねぎ 人参 わかめ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節 代替)豚肉/もも缶(中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース)	657kcal 31.6g 23.0g
22(水)	牛乳 ポーロ	ハヤシライス 炒めサラダ ヨーグルト	牛乳 バナナ せんべい		米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 しめじ グリンピース ハヤシルウ スキムミルク 油 代替)豚肉/キャベツ きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油/ヨーグルト(プレーン) (バナナ)	678kcal 28.2g 19.5g
23(木)	牛乳 せんべい	ロールパン オムレツ風 豆乳スープ	牛乳 ☆みかんたっぷりゼリー せんべい		ロールパン/卵 むきえび ベーコン たまねぎ しめじ グリンピース トマトケチャップ スープストック 油 代替)豚肉 代替)コーン 代替)じゃがいも/ベーコン 小松菜 たまねぎ はくさい 人参 野菜スープの素 油 豆乳 コーン缶(ホール) (みかん缶 ゼリーの素)	556kcal 35.3g 24.6g
24(金)	牛乳 あられ	ごはん すき焼き風煮 そうめんのすまし汁	牛乳 ☆カレーうどん		米/牛肉 木綿豆腐 系こんにゃく はくさい 白ねぎ おつゆ麩 人参 たまねぎ 油 三温糖 濃口醤油 代替)じゃがいも 代替)豚肉/ そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油 (うどん 豚肉 たまねぎ 人参 キャベツ カレールウ スープストック)	586kcal 28.1g 18.1g
25(土)	牛乳 せんべい	タコライス 野菜スープ りんご	牛乳 ゼリー せんべい		米 豚ひき肉 トマト たまねぎ ピーマン トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース 三温糖 塩 カレー粉 油/木綿豆腐 人参 たまねぎ 小松菜 野菜スープの素/りんご(ももゼリー)	535kcal 19.9g 17.3g
27(月)	牛乳 せんべい	ごはん 炒り豆腐 みそ汁 デザート(いよかん)	牛乳 ☆ホットケーキ		米/鶏肉 木綿豆腐 たまねぎ 人参 干しいたけ ほうれんそう 油 三温糖 濃口醤油 削り節 代替)豚肉 代替)じゃがいも/じゃがいも 人参 たまねぎ わかめ 青ねぎ みそ 削り節/いよかん(ホットケーキミックス 油)	570kcal 24.0g 18.0g
28(火)	牛乳 せんべい	ごはん さばのごまマヨ焼き 茹でキャベツ 豚汁	牛乳 ☆かわりあべかわ		米/さば 白すりごま マヨネーズ 酒 濃口醤油 三温糖 ごま油 代替)豚肉/ キャベツ/豚肉 大根 人参 しめじ たまねぎ こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ(マカロニ きな粉 上白糖)	667kcal 35.5g 26.5g
30(木)	牛乳 せんべい	ゆかりごはん キャベツのチャンプル みそ汁	牛乳 棒チーズ せんべい		米 ゆかり/豚肉 キャベツ 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 油 野菜スープの素 塩 濃口醤油 代替)じゃがいも/かぼちゃ しめじ たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (棒チーズ)	541kcal 26.6g 19.0g

☆印は手作りおやつです。

*こども園の5歳(1号)は、昼に牛乳90ccが付きまます。16日は、昼にりんごジュース90ccが付きまます。

*こども園の5歳(2号)は、3時に牛乳180ccが付きまます。16日は、3時にりんごジュース180ccが付きまます。