

天童厚生会

令和7年(2025年)4月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	火	お茶,チーズ	ご飯,麻婆豆腐,わかめスープ,オレンジ	牛乳,ジャムサンド	
2	水	お茶,クラッカー	ご飯,若鶏の照り焼き,ブロッコリーのゴママヨネーズ和え,麩の味噌汁,バナナ	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
3	木	お茶,キウイフルーツ	ご飯,鮭の塩焼き,切干大根の煮物,新玉葱の味噌汁	牛乳,オープンポテト	
4	金	お茶,かえりにぼし	カレーライス,フルーツサラダ	お茶,ババロア,ウエハース	
5	土				オリエンテーション
6	日				
7	月	お茶,チーズ	ご飯,豚の生姜焼き,キャベツの昆布和え,じゃが芋の味噌汁,甘夏	お茶,みるく餅	
8	火	お茶,バナナ	スパゲティミートソース,ツナサラダ,キャベツのスープ,いちご	牛乳,ぼたぼた焼き	
9	水	お茶,ブルー	ご飯,しらす入り厚焼き卵,ひじきの炒め煮,豆腐の味噌汁	牛乳,フルーツサンド	
10	木	お茶,かえりにぼし	ロールパン,肉団子のスープ,ポテトサラダ,牛乳	お茶,スナックチャーハン	
11	金	お茶,いちご	ご飯,鰯の西京焼き,野菜の胡麻和え,けんちん汁,バナナ	牛乳,じゃが餅	
12	土	お茶,クラッカー	チャーハン,ハムともやしのナムル,中華スープ	牛乳,チーズ蒸しパン	
13	日				
14	月	お茶,ブルー	三色丼,ブロッコリーのごま和え,まいたけの味噌汁,オレンジ	牛乳,紅茶のクッキー	
15	火	お茶,ヨーグルト	ご飯,肉じゃが,チンゲン菜の味噌汁,いちご	牛乳,フレンチトースト	
16	水	お茶,いちご	ロールパン,かじきのピカタ,トマト,コールスロー,野菜のミルクスープ	お茶,桜餅	
17	木	お茶,かえりにぼし	むらくもうどん,じゃが芋の中華和え,バナナ	お茶,鮭とわかめおにぎり	
18	金	お茶,ふかし芋	たけのご飯,小魚和え,ごぼうと鶏肉の味噌汁	牛乳,おからケーキ	
19	土	お茶,チーズ	カレーピラフ,キャベツとパインのサラダ,野菜スープ	牛乳,シュガーパイ	
20	日				
21	月	お茶,かえりにぼし	ご飯,鶏の塩麴焼き,小松菜のナムル,かき卵汁,オレンジ	牛乳,甘食	
22	火	お茶,バナナ	ロールパン,ポークビーンズ,五目サラダ,牛乳	お茶,山菜おこわ	
23	水	お茶,ブルー	混ぜご飯,さくらえびのかき揚げ,わかめの味噌汁,バナナ	牛乳,じゃが芋のガレット	
24	木	お茶,チーズ	ご飯,豆腐ハンバーグ,こふき芋,スティック人参,若竹汁,甘夏	牛乳,パンかりんとう	
25	金	お茶,チーズ	こいのぼりオムライス,マカロニサラダ,野菜スープ,果物ゼリー	牛乳,お麩ボーロ	
26	土	お茶,ブルー	豚丼,小松菜のナムル,麩の味噌汁	牛乳,クラッカージャムサンド	
27	日				
28	月	お茶,ブルー	ハヤシライス,マセドアンサラダ,キウイフルーツ	牛乳,米粉のイチゴ蒸しケーキ	
29	火				昭和の日
30	水	お茶,オレンジ	チキンライス,フレンチサラダ,チンゲン菜のミルクスープ	牛乳,お麩ボーロ	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	470	20.3	16.2	251	2.4	209	0.32	0.36	38	1.4	776	6.4		
	園目標	461	19.0	12.8	211	2.0	186	0.20	0.27	18	1.4	450	3.2		
3才以上児	1日平均	543	23.0	18.8	244	2.4	234	0.37	0.40	37	1.6	851	6.6		
	園目標	574	23.7	15.9	259	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6	676	3.6		