



令和8年 4月 献立表



学校法人 マイトリー学園

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ポークカレー 厚焼き玉子 きゅうりづけ ご飯 小麦 卵 乳 323kcal 9.4g 6.9g 290mg 35mg 0.4g	ハムカツ バターコーン だいこんとあぶらあげのもの グリーンサラダ ご飯 小麦 卵 乳 406kcal 7.9g 11.6g 193mg 19mg 0.6g	やきにく さつまいも きゅうりサラダ ご飯 小麦 349kcal 12.8g 8.5g 271mg 14mg 1.0g	
5	6	7	8	9	10	11
	ごちそうメンチ キャベツソテー ひじきのもの ぶどうゼリー ご飯 小麦 卵 乳 394kcal 9.2g 10.2g 329mg 51mg 1.5g	マーボー豆腐 焼き餃子 もやしナムル ご飯 小麦 347kcal 11.0g 6.2g 223mg 59mg 0.9g	オムレツ ナポリタン だいこんコンソメに にくだんご ご飯 小麦 卵 乳 357kcal 9.7g 6.2g 258mg 30mg 1.2g	鶏の唐揚げ ほうれんそうソテー たまごとしに キャベツのごまあえ ご飯 小麦 卵 421kcal 14.5g 12.3g 178mg 42mg 1.3g	さわらのてりやき きりぼしだいこんいりに きゅうりとコーンのサラダ こふきいも ご飯 年長・年中 手作り弁当	
12	13	14	15	16	17	18
	野菜コロッケ マカロニソテー さんしょくまめ フレンチサラダ ご飯 小麦 卵 351kcal 7.3g 6.2g 209mg 31mg 0.8g	ピピンパ(そぼろ) ナムル ちくわとこんにやくのみそに だいこんサラダ ご飯 小麦 317kcal 12.8g 4.1g 320mg 41mg 0.9g	チキンステーキ やきそば やさいのスープに ほうれんそうのおひたし ご飯 小麦 329kcal 13.0g 2.4g 278mg 37mg 0.8g	エビフライ ポークビーンズ 星型ハッシュドポテト キャベツのおかかあえ ご飯 えび 小麦 409kcal 8.9g 14.0g 218mg 30mg 0.7g	春巻き ビーファンちゅうかいため ツナとだいこんのもの わかめサラダ ご飯 年長・年少・たんぽぽ 手作り弁当	
19	20	21	22	23	24	25
	ぶちハンバーグ ほうれんそうソテー きゅうりとチーズのサラダ ちくわのもの ご飯 小麦 卵 乳 324kcal 10.0g 5.5g 178mg 76mg 1.5g	クリームシチュー かにシューマイ キャベツのしおもみ ご飯 かに 小麦 卵 323kcal 8.5g 5.5g 288mg 23mg 0.9g	かぼちゃコロッケ ちゅうかやさしいため ミートポルトマトあじ ワカメとビーンズサラダ ご飯 小麦 年中 手作り弁当	さばのみそやき ランチがんも ココロポテト はるさめサラダ ご飯 小麦 441kcal 13.6g 14.7g 248mg 19mg 1.8g	子キンカツ やさいいため じゃがいものうまに だいこんサラダ ご飯 年少・たんぽぽ 手作り弁当	
26	27	28	29	30		
	イカカツ わふうきのコスバゲティ ほうれんそうのごまあえ カクテルゼリー ご飯 小麦 366kcal 9.3g 6.4g 218mg 38mg 1.6g	ぶたロースのしょうがやき オニオンソテー きゅうりとコーンのサラダ ミニがんも含煮 ご飯 小麦 卵 337kcal 10.7g 8.2g 140mg 12mg 1.2g	昭和の日	チキンカレー ちくわてん かんこくナムル ご飯 小麦 乳 459kcal 20.4g 10.2g 325mg 80mg 3.0g		

栄養価表示
 1杯分 - 1杯分
 蛋白質 脂肪
 増加 食塩相当量

※お米は国産を使用しております

※材料の都合により献立の一部を変更させていただく場合がございます。
 ※アレルギー物質8品目(えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生)を表示しています。

～4月のお話～

暖かな春の陽気と共に新年度がスタートしました。この時期といえばお花見ですね。晴れた日にレジャーシートを広げて手作りのお弁当と桜を楽しむのも良いですね。まだ冷たい風が吹くときもあるので風邪をひかないように注意も必要ですね。お花見スイーツの定番といえば、「桜餅」！桜色に色づけした餅を桜の葉の塩漬で包んだものですが関西風と関東風があるのをご存じですか？
 関東風は小麦粉の生地を焼いた皮であんこを巻いたクレープ状。『長命寺』と呼ばれています。
 関西風はもち米を蒸して乾燥させて粗挽きした道明寺粉で作った餅であんこを包むタイプに分かれているそうです。

