



# 4月よていこんだてひょう



令和8年度

給食回数 16回

高崎市立高崎幼稚園

日	曜日	こんだてめい			しょくひんのはたらき			えりようか エネルギーたんぱく質食塩相当量	おかえりのしこく 年中 年長	こんだてめい		
		ごはん・パン めん	のみ もの	おかず	【き】	【あか】	【みどり】			おやつ きゅうしょく	おかえりのしこく 年少	
					エネルギーになる	ちやくなる	からだのちようしをとのえる いろのこいやさい そのほかのやさい・くだもの					
7	火	1学期始業式・新任式			1学期始業式・新任式			11:00				
8	水	在園児のみ(年中・年長) チョコむしパン・ぎゅうにゅう			在園児のみ(年中・年長) チョコむしパン・ぎゅうにゅう			243 9.1 0.5				11:30
入園式・給食開始										年少(うめ)		おかえりのしこく 年少
年長(まつ)・年中(さくら)												
9	木	きつねうどん	やきししゃも チンゲンサイのあえもの	うどん ごま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ ししゃも	にんじん ごまつな チンゲンサイ	ねぎ ほししいたけ キャベツ	422 24.5 1.8	13:30	入園式	11:00	
10	金	むぎごはん	チキンカレー コーンサラダ おいしいデザート	こめ むぎ じゃがいも バター あぶら さとう いらこゼリー	ぎゅうにゅう とりにく	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	486 17.4 1.9	14:00	♡おいしいデザート ぎゅうにゅう	11:30	
13	月	むぎごはん	とりそぼろどんのく わふうサラダ こしねじる	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう とりにく こおりとうふ かつおぶし とうふ みそ	にんじん	ほししいたけ ごぼう たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり こんにゃく ししいたけ ねぎ しょうが	416 18.4 1.3	14:00	バナナ ぎゅうにゅう	11:30	
14	火	むぎごはん	さわらのさいきょうやき おかかあえ すましじる	こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう さわら みそ かつおぶし わかめ こおりとうふ とうふ	にんじん みつば ほうれんそう	キャベツ	433 24.0 1.5		ほしたべよ ぎゅうにゅう		
15	水	ペペロンチーノ	ペジタプルスープ メープルバナナケーキ	スパゲティ バター プレミックスメープルシロップ	ぎゅうにゅう ツナ	にんじん トマト	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ パセリ コーン バナナ	486 18.7 1.4		メープルバナナケーキ ぎゅうにゅう		
16	木	むぎごはん	とりのてりやき いそに わかたけじる	こめ むぎ さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく だいす ひじき あぶらあげ とうふ わかめ	にんじん	しょうが にんにく こんにゃく だけのこ ほししいたけ	471 23.3 1.4		マリービスケット ぎゅうにゅう		
17	金	ゆめロール	ツナサラダ ごまつなときのこのこめスープ	ゆめロール こめ バター あぶら じゃがいも	とりにく へーコン ツナ なまクリーム ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな	たまねぎ しめじ キャベツ コーン	413 12.5 1.3	ゆめロール やさいジュース			
20	月	むぎごはん	あじのおこうじつげ のりすあえ じゃがいものみそじる	こめ むぎ ごまあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう あじ のり とりにく みそ	にんじん ほうれんそう	もやし ごぼう ねぎ だいこん	410 21.5 1.8	ほしたべよ ぎゅうにゅう			
21	火	むぎごはん	マーボードウフ ぶたにくとだいこんのスープ ミックスフルーツ	こめ むぎ さとう かたくりこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ みそ	にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ だいこん もも ようなし りんご	474 20.3 1.7	♡ミックスフルーツ ぎゅうにゅう			
22	水	ちゃんぽんうどん	あぶらあげのかりかりサラダ カップヨーグルト	うどん あぶら ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ヨーグルト	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ もやし コーン	432 22.6 1.6	♡カップヨーグルト ぎゅうにゅう			
23	木	キャロットピラフ	ケチャップハンバーグ グリーンサラダ コンソメスープ	こめ バター さとう あぶら じゃがいも	ジョア ハンバーグ	にんじん パセリ	たまねぎ コーン グリーンピース キャベツ きゅうり	466 16.7 1.9	マリービスケット ジョア			
24	金	きなこあげパン	わかめサラダ ワンドゥンスープ	コッペパン さとう あぶら ごまあぶら ごま ワンドゥン はるさめ	ぎゅうにゅう きなこ ツナ わかめ	にんじん チンゲンサイ にら	キャベツ もやし たまねぎ	459 17.6 1.9	きなこあげパン ぎゅうにゅう			
27	月	わかめごはん	いわしのかりかりフライ ごまあえ かきたまじる	こめ むぎ さとう ごま かたくりこ	ぎゅうにゅう わかめ いわし みそ とうふ ★たまご	にんじん ほうれんそう ごまつな	キャベツ	410 17.6 1.4	ほしたべよ ぎゅうにゅう			
28	火	むぎごはん	かしわどん とうふときのこのみそじる バナナ	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく わかめ みそ とうふ	にんじん	たまねぎ ほししいたけ えのき しめじ ねぎ しらたき グリンピース バナナ	431 17.6 1.6	バナナ ぎゅうにゅう			
29	水	昭和の日			昭和の日							
30	木	せわり コッペパン	スラッピーショー(パンのく) カムカムあえ キャップスープ	コッペパン さとう パンこ ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう だいす とりにく きわかめ	にんじん プロックロー	たまねぎ キャベツ もやし コーン パセリ	405 20.3 2.0	14:00	コッペパン ぎゅうにゅう	11:30	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

平均栄養所要量の基準 エネルギ-441kcal たんぱく質18g(15~26g) 食塩相当量1.5g未満  
今月の平均(給食) エネルギ-440kcal たんぱく質19.5g 食塩相当量1.6g

## 今月の給食目標

### !! たのしいきゅうしょくにしよう!

### 4月の行事予定

- 4月7日(火) 始業式・新任式
- 4月8日(水) 年長・年中おやつ給食
- 4月9日(木) 入園式
- 4月10日(金) 年長・年中給食開始  
年少おやつ給食開始



\*バクバクメニューとは?

公立幼稚園4園(南八幡・倉賀野・塚沢・高崎幼稚園)の栄養士が考えた「季節のレシピ」です。毎月給食に登場する予定です。給食だよりにレシピを随時掲載する予定です。ぜひ活用ください!!

### ~給食室からのお知らせ~

- スプーンセットは、毎日きれいに洗って持ってきてください。
- 年少組のおやつでスプーンが必要な献立があります。
- 献立表に♡マークのついている日はスプーンを持参してください。



ご入園・ご進級おめでとうございます。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるように頑張りますので、よろしくお祈りします。

4月分の給食費引き落とし日は、**4月30日(木)**です。**残高の確認**をよろしくお祈りいたします。

こんにゃくもは、名前の通り、いも類なので、「黄色の仲間」に分類されますが、こんにゃくに加工されると、食物繊維たっぷりの「みどりの仲間」に変身します。