

# 2026年 4月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食 ※初期は下線の食材		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
1 水	お粥 ほぐしカレイのほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	お粥 ほぐしささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	軟飯 鱈のほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	ごはん 肉じゃが そら豆とトマトのフレンチ みそ汁 (茄子、油揚げ) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 麩ラスク 麦茶 牛乳	
2 木	お粥 ツナとブロッコリーのやわらか煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁 (豆腐、人参) 麦茶	軟飯 ツナとブロッコリー煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 さつまいもの煮物 みそ汁 (豆腐、人参) 麦茶	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き【北 すまし汁 (豆腐、わかめ) 果物 (いちご) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ふきごはん 麦茶 牛乳	
3 金	お粥 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁 (人参) 麦茶	お粥 豆腐の人参おろし煮 みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁 (人参)	軟飯 豆腐の人参おろしソース みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鶏肉の甘辛煮 マカロニサラダ (ハム) みそ汁 (ほうれん草、しめ 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ジャムサンド (あんず) 麦茶 牛乳	
4 土	お粥 ほぐし鱈と南瓜煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 鱈と南瓜煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	鶏南蛮うどん ジャーマンポテト 果物 (もも缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
6 月	お粥 ツナと小松菜のくたくた煮 みそ汁 (大根) 麦茶	お粥 ささみと南瓜のマッシュ煮 みそ汁 (玉ねぎ、人参) 麦茶	軟飯 ツナと小松菜煮 みそ汁 (大根) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮南瓜マッシュ みそ汁 (玉ねぎ、人参) 麦茶	ハヤシライス コールスローサラダ スープ (しいたけ、白菜) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー (りんご) ビスケット 麦茶、牛乳	
7 火	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁 (豆腐) 麦茶	お粥 ほぐし鱈の大根おろし煮 みそ汁 (小松菜) 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁 (豆腐) 麦茶	軟飯 鱈の大根おろしあん みそ汁 (小松菜) 麦茶	ゆかりごはん 鱈の煮物 南瓜の天ぷら みそ汁 (キャベツ、人参) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 きなこマカロニ 麦茶 牛乳	
8 水	お粥 ほぐしカレイのほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	お粥 ほぐしささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	軟飯 鱈のほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	ごはん 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁 (チンゲン菜、もや 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 たけのこご飯 麦茶 牛乳	
9 木	お粥 ツナとブロッコリーのやわらか煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁 (豆腐、人参) 麦茶	軟飯 ツナとブロッコリー煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 さつまいもの煮物 みそ汁 (豆腐、人参) 麦茶	ピースごはん ホキの塩麹焼き 切干大根のナポリタン みそ汁 (さつまいも、玉ねぎ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 焼きそば 麦茶 牛乳	
10 金	お粥 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁 (人参) 麦茶	お粥 豆腐の人参おろし煮 みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁 (人参)	軟飯 豆腐の人参おろしソース みそ汁 (ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鶏肉とピーマンの炒め物 みそ汁 (かぶ、長ねぎ) 果物 (柑橘類) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 米粉の桜色蒸しパン 麦茶 牛乳	
11 土	お粥 ほぐし鱈と南瓜煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 鱈と南瓜煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	和風ツナおろしスパゲティ ベーコンポテトスープ 果物 (みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
13 月	お粥 ツナと小松菜のくたくた煮 みそ汁 (大根) 麦茶	お粥 ささみと南瓜のマッシュ煮 みそ汁 (玉ねぎ、人参) 麦茶	軟飯 ツナと小松菜煮 みそ汁 (大根) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮南瓜マッシュ みそ汁 (玉ねぎ、人参) 麦茶	豚丼 ほうれん草の磯和え みそ汁 (切干大根、麩) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 チーズトースト 麦茶 牛乳	
14 火	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁 (豆腐) 麦茶	お粥 ほぐし鱈の大根おろし煮 みそ汁 (小松菜) 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁 (豆腐) 麦茶	軟飯 鱈の大根おろしあん みそ汁 (小松菜) 麦茶	ごはん 鱈のパン粉焼き ブロッコリーのソテー みそ汁 (里芋、小松菜) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 チキンナゲット 麦茶 牛乳	
15 水	お粥 ほぐしカレイのほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	お粥 ほぐしささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	軟飯 鱈のほうれん草あん みそ汁 (じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮 みそ汁 (ブロッコリー) 麦茶	ごはん 肉じゃが そら豆とトマトのフレンチ みそ汁 (茄子、油揚げ) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 麩ラスク 麦茶 牛乳	

# 2026年 4月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食		後期食		完了食 献立	おやつ	午前
	午前	午後	午前	午後			午後
16 木	お粥 ツナとブロッコリーのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	軟飯 ツナとブロッコリー煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	軟飯 さつまいもの煮物 みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き【北】 すまし汁(豆腐、わかめ) 果物(いちご) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ふきごはん 麦茶 牛乳	
17 金	お粥 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁(人参) 麦茶	お粥 豆腐の人参おろし煮 みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁(人参)	軟飯 豆腐の人参おろしソース みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鶏肉の甘辛煮 マカロニサラダ(ハム) みそ汁(ほうれん草、しめ) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ジャムサンド(あんず) 麦茶 牛乳	
18 土	お粥 ほぐし鱈と南瓜煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	お粥 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 鱈と南瓜煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	軟飯 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	鶏南蛮うどん ジャーマンポテト 果物(もも缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
20 月	お粥 ツナと小松菜のくたくた煮 みそ汁(大根) 麦茶	お粥 ささみと南瓜のマッシュ煮 みそ汁(玉ねぎ、人参) 麦茶	軟飯 ツナと小松菜煮 みそ汁(大根) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮南瓜マッシュ みそ汁(玉ねぎ、人参) 麦茶	ハヤシライス コールスローサラダ スープ(しいたけ、白菜) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー(りんご) ビスケット 麦茶、牛乳	
21 火	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁(豆腐) 麦茶	お粥 ほぐし鱈の大根おろし煮 みそ汁(小松菜) 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁(豆腐) 麦茶	軟飯 鱈の大根おろしあん みそ汁(小松菜) 麦茶	ゆかりごはん 鱈の煮物 南瓜の天ぷら みそ汁(キャベツ、人参) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 きなこマカロニ 麦茶 牛乳	
22 水	お粥 ほぐしカレーのほうれん草あん みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	お粥 ほぐしささみと人参煮 みそ汁(ブロッコリー) 麦茶	軟飯 鱈のほうれん草あん みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮 みそ汁(ブロッコリー) 麦茶	ごはん 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁(チンゲン菜、もや) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 たけのこご飯 麦茶 牛乳	
23 木	お粥 ツナとブロッコリーのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	軟飯 ツナとブロッコリー煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	軟飯 さつまいもの煮物 みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	ピースごはん ホキの塩麹焼き 切干大根のナポリタン みそ汁(さつまいも、玉ねぎ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 焼きそば 麦茶 牛乳	
24 金	お粥 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁(人参) 麦茶	お粥 豆腐の人参おろし煮 みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 肉じゃが風 (鶏ひき肉、玉ねぎ) みそ汁(人参)	軟飯 豆腐の人参おろしソース みそ汁(ほうれん草、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鶏肉とピーマンの炒め物 みそ汁(かぶ、長ねぎ) 果物(柑橘類) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 米粉の桜色蒸しパン 麦茶 牛乳	
25 土	お粥 ほぐし鱈と南瓜煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	お粥 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	軟飯 鱈と南瓜煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	軟飯 ほうれん草のクリーム煮 みそ汁(じゃが芋、人参) 麦茶	和風ツナおろしスパゲティ ベーコンポテトスープ 果物(みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
27 月	お粥 ツナと小松菜のくたくた煮 みそ汁(大根) 麦茶	お粥 ささみと南瓜のマッシュ煮 みそ汁(玉ねぎ、人参) 麦茶	軟飯 ツナと小松菜煮 みそ汁(大根) 麦茶	軟飯 ささみと人参煮南瓜マッシュ みそ汁(玉ねぎ、人参) 麦茶	豚丼 ほうれん草の磯和え みそ汁(切干大根、麩) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 チーズトースト 麦茶 牛乳	
28 火	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁(豆腐) 麦茶	お粥 ほぐし鱈の大根おろし煮 みそ汁(小松菜) 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁(豆腐) 麦茶	軟飯 鱈の大根おろしあん みそ汁(小松菜) 麦茶	【お誕生日会】 ごはん 照り焼きハンバーグ ブロッコリーサラダ(コーン) みそ汁(豆腐、なめこ) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 【お誕生日会おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳	
30 木	お粥 ツナとブロッコリーのやわらか煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	軟飯 ツナとブロッコリー煮 みそ汁(玉ねぎ) 麦茶	軟飯 さつまいもの煮物 みそ汁(豆腐、人参) 麦茶	ごはん 豆腐のまり揚げあんかけ 大根とツナのサラダ みそ汁(南瓜、いんげん) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 野口さんのクッキー 麦茶 牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。