



4月給食予定献立表



2026年(令和8年)
釧路市こども育成課

日	曜	1歳～5歳児共通献立				1・2歳児追加分		3歳以上児 の望ましい 主食
		汁もの	主菜	副食	おやつ	主食	おやつ	
1	水	小松菜と人参のみそ汁	豚ヒレ肉のパン粉焼き	パプリカと卵の中華風炒め 枝豆 オレンジ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 キウイ	ごはん
2	木	カレー		カボチャのオープン焼 りんごのサラダ バナナ	牛乳 ★ミルクラスク	ごはん	牛乳 バナナ	○ ごはん
3	金	切干大根とほう れん草のみそ汁	鶏肉の竜田揚げ	ひじきと大豆のサラダ(マヨネーズ) 胡瓜の酢の物 パプリカ	牛乳 おかし	菜の花ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
4	土	野菜たっぷりうどん		プリン バナナ	牛乳 おかし	うどん	牛乳 バナナ	おにぎり
6	月	春雨スープ	豚肉のおろしソース	ほうれん草おひたし バナナ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 バナナ	ごはん
7	火	舞茸のみそ汁	すき焼き	南瓜のセサミサラダ 菜の花あえ(小松菜) ｷｬﾌﾞﾃｯﾄﾞ	牛乳 ★みかんケーキ	ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
8	水	えのきとわかめ のみそ汁	ひじきコロッケ	切干大根のカレー炒め 白菜のお浸し オレンジ	ヤクルト おかし	ごはん	番茶 キウイ	ごはん
9	木	白菜のみそ汁	かぼちゃグラタン	小松菜の和風サラダ トマト バナナ	牛乳 おかし	ごまごはん	牛乳 バナナ	ごはん
10	金	中華風コーンスープ	ハンバーグのトマト ソースがけ	昆布とごぼうのきんぴら ブロッコリー パプリカ	牛乳 ★いも団子	枝豆しらすご はん	牛乳 オレンジ	ごはん
11	土	鶏ごぼうスパゲティ		気になる野菜ジュース(アップルｷﾞﾀﾞﾚｯﾄﾞ) バナナ	牛乳 おかし	スパゲティ	牛乳 バナナ	パン
13	月	ねぎとわかめのみそ汁	筑前煮	ほうれん草の納豆和え 粉吹芋 バナナ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 バナナ	ごはん
14	火	大根と大豆のスープ	肉じゃが	ビーンソテー 白菜のツナ和え ｷｬﾌﾞﾃｯﾄﾞ	牛乳 ★きな粉とおからのスコーン	ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
15	水	けんちん汁	タラの甘みそ焼き	小松菜の塩炒め 納豆 オレンジ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 キウイ	ごはん
誕生会	16	清し汁	エビフライ	マカロニサラダ トマト ゼリー	牛乳 おかし	五目ごはん	牛乳 バナナ	◎ いりません
17	金	クラムチャウダー	豚肉のつけ焼き	さつま芋のレモン煮 青菜のじゃこあえ パプリカ	牛乳 ★ごまドーナツ	ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
18	土	ちゃんぽん風うどん		気になる野菜ジュース(アップルｷﾞﾀﾞﾚｯﾄﾞ) バナナ	牛乳 おかし	うどん	牛乳 バナナ	おにぎり
20	月	ひじきと根菜のみそ汁	鶏肉のコーン焼	じゃが芋のカントリー煮 ほうれん草のなめ茸あえ バナナ	牛乳 ミニパン	鮭ごはん	牛乳 バナナ	ごはん
21	火	ラーメン汁	和風オムレツ	トマト入りたたき胡瓜 ｷｬﾌﾞﾃｯﾄﾞ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
22	水	大根と鶏肉のスープ	具だくさんかき揚げ	ちらしスパゲティ(付け合わせ) うまっコリー オレンジ	牛乳 ★スイートパンプキン	シーチキン御飯	牛乳 キウイ	ごはん
23	木	チンゲン菜のク リームスープ	タンドリーチキン	ほうれん草と春雨のナムル風 大根きんぴら バナナ	牛乳 ★甘納豆の蒸しパン	ごはん	牛乳 バナナ	ごはん
24	金	豚汁	鮭のパン粉焼	焼ちくわの炒め煮 ブロッコリー パプリカ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 オレンジ	ごはん
25	土	五目うどん		ヨーグルト(ヤクルト元気) バナナ	牛乳 おかし	うどん	牛乳 バナナ	おにぎり
27	月	豆腐とえのきのみそ汁	鶏肉の甘辛煮	マカロニサラダ じゃがいものひじき煮 バナナ	牛乳 おかし	わかめごはん	牛乳 バナナ	ごはん
28	火	じゃが芋と油揚げ のみそ汁	さばのソース焼き	小松菜とひじきのカレー風味和え ワカメともやしのナムル ｷｬﾌﾞﾃｯﾄﾞ	牛乳 ★フルーツポンチ クラッカー	ごはん	番茶 オレンジ	ごはん
30	木	麩とわかめのみそ汁	鶏ちゃん焼き	おからサラダ マッシュパンプキン バナナ	牛乳 おかし	ごはん	牛乳 バナナ	ごはん

◎ 3歳以上児は家庭からご飯かパン(菓子パンでないもの)を持たせて下さい。○印の時はごはんの方がよいです。

◎ ★印のおやつは保育園で作ったものです。

◎ フルーツは、入荷状況によって変更があります。



【4月栄養価】	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
◎1～2歳児	500kcal	18.9g	17.2g	1.3g
◎3～5歳児	437kcal	19.2g	19.5g	1.5g