



4月のこんだて

令和7年 4月
津軽石保育所

日	曜	全所児		未満児	
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ
1	火	鶏肉の照り焼き なめたけ和え きゅうりの浅漬け みそ汁 りんご	塩せんべい ジョア	ごはん 味付のり	ビスケット 麦茶
2	水	カレーライス トマトサラダ 福神漬け もやしスープ キウイフルーツ	ごま春巻き 牛乳	ごはん コーンソテー	白い風船 麦茶
3	木	たらフライ ゆかり和え チーズ みそ汁 オレンジ	パイ 牛乳	ごはん 肉そぼろ	塩せんべい 麦茶
4	金	豚肉のBBQソース ごぼうサラダ ブロッコリー みそ汁 ミニゼリー	メロンパン 牛乳	ごはん 納豆	野菜スナック 麦茶
5	土	入所式			
7	月	さばの照り焼き ごま和え コーンソテー なめこ汁 パナナ	ホットビスケット 牛乳	ごはん ふりかけ	クラッカー 麦茶
8	火	ポークチャップ 大根サラダ 枝豆 みそ汁 りんご	ウエハース 牛乳	ごはん 海苔の佃煮	コーン菓子 麦茶
9	水	赤魚のみそ焼き 筑前煮 カリフラワー そうめん汁 キウイフルーツ	塩せんべい ミルクプリン	ごはん ごましお	ビスコ 麦茶
10	木	鶏肉のから揚げ 磯和え 煮豆 みそ汁 オレンジ	焼うどん 牛乳	ごはん トマト	白かりんとう 麦茶
11	金	麻婆豆腐 春雨サラダ 焼きさつまいも わかめスープ グレープフルーツ	クラッカー 牛乳	ごはん 鮭フレーク	パイ 麦茶
12	土	ツナパスタ グリーンサラダ チキンスープ フルーツ	サブレ パックジュース	ごはん 	揚げせんべい 麦茶

日	曜	全所児		未満児	
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ
14	月	豚肉の生姜焼き ひじき煮 フライドポテト みそ汁 パナナ	甘辛せんべい 牛乳	ごはん なめたけ	ビスケット 麦茶
15	火	誕生会 オムライス ミートローフ アスパラサラダ キャベツスープ プリン	フルーツサンド 牛乳		白い風船 麦茶
16	水	鮭のコーンマヨ焼き わかめの酢の物 煮豆 みそ汁 りんご	マカロニきなこ 牛乳	ごはん 雑穀	塩せんべい 麦茶
17	木	豚肉のねぎ塩焼 もやしのナムル トマト 春雨スープ キウイフルーツ	サブレ 牛乳	ごはん 味付のり	野菜スナック 麦茶
18	金	ぶり大根 納豆和え ブロッコリー みそ汁 オレンジ	アメリカドッグ 牛乳	ごはん コーンソテー	パイ 麦茶
19	土	中華丼 かぶの浅漬け 卵スープ フルーツ	ビスケット パックジュース		揚げせんべい 麦茶
21	月	豚肉の南部焼 切干大根煮 焼きかぼちゃ みそ汁 パナナ	アップルパイ 牛乳	ごはん 海苔の佃煮	ビスコ 麦茶
22	火	ほっけの塩焼 白和え ウィナー ひつつみ汁 キウイフルーツ	塩せんべい 牛乳	ごはん トマト	コーン菓子 麦茶
23	水	ハヤシライス コールスローサラダ 枝豆 スープ オレンジ	蒸しパン 牛乳	ごはん 魚肉ソーセージ	白かりんとう 麦茶
24	木	かれのい煮付 きんぴられんこん きゅうりの浅漬け みそ汁 りんご	おいなりさん 牛乳	ごはん 肉そぼろ	クラッカー 麦茶
25	金	チンジャオロース ブロッコリーサラダ チーズ ワンタンスープ グレープフルーツ	コーン菓子 ヨーグルト	ごはん ふりかけ	ビスケット 麦茶
26	土	混ぜ込みごはん 野菜の肉巻き オクラの和え物 みそ汁 フルーツ	塩せんべい パックジュース		ウエハース 麦茶
28	月	肉野菜炒め かぼちゃの甘煮 トマト みそ汁 パナナ	ビスコ 牛乳	ごはん ごましお	野菜スナック 麦茶
29	火	昭和の日			
30	水	卵焼き おかか和え カリフラワー みそ汁 オレンジ	いももち 牛乳	ごはん 納豆	パイ 麦茶

献立は変更になることもありますので、ご了承ください
15日 は給食から主食を提供しますので、以上児のご飯はいりません。

入園・進級おめでとうございます！

あたらしいお友達や先生、あたらしいお部屋にわくわくの新年度がスタートしました。
緊張で体調の乱れや疲れが出やすくなる時期です。朝には体温が低下して、エネルギーが足りない状態になり、さらに体に不調が出やすくなります。そんな時に食べる朝ごはんは体温を上げて頭も体も目覚めさせてくれて、1日の元気の素になります。
忙しかったり、食欲がない日もあるかもしれませんが、毎日しっかりと食べて規則正しい生活で楽しく過ごしましょう！

お願い

- コップ、お箸セット、おしぼり、お弁当箱などには必ず名前を付けて持たせてください。
- 水筒、お弁当箱などは洗って、清潔にしましょう。



4月生まれのおともだち

- | | |
|---------|--------|
| ばら組 | さほちゃん |
| | あかりちゃん |
| たんぼぼ組 | ふうまくん |
| | はやとくん |
| | ゆめちゃん |
| | とわちゃん |
| ちゅうりっぷ組 | さくらちゃ |
| つくし組 | ひなたくん |
| ひよこ組 | るいくん |
| | そらくん |

