



# 2026年 4月予定こんだてひょう



	こんだて	主なざいりょう	おやつ
1	水	豚肉のしょうが焼き、シーザーサラダ みそ汁	牛乳 バリバリピザ
2	木	しょうゆラーメン、からあげ、いちご	牛乳 おにぎり(たけのこ)
3	金	白身魚の甘辛煮、三色ごま和え 和風じゃがいもの野菜スープ	牛乳 おかし
4	土	鶏丼、みそ汁、りんご	牛乳 おかし
6	月	鶏肉の照り焼き、切干大根の煮付 みそ汁	牛乳 豆腐ドーナツ
7	火	さわらのみそ煮 ほうれん草とコーンの胡麻和え 和風大根の野菜スープ	牛乳 きな粉ラスク
8	水	肉じゃが、すまし汁、りんご	牛乳 ヨーグルトゼリー
9	木	五目うどん、ちくわの磯辺あげ	牛乳 おにぎり(のりたま)
10	金	チキンピカタ、ジャーマンポテト オニオンスープ	牛乳 おかし・チーズ
11	土	牛丼、みそ汁、りんご	牛乳 おかし
13	月	厚揚げと野菜の五目煮、みそ汁 オレンジ	牛乳 ホットケーキ
14	火	中華丼、わかめスープ	牛乳 麩のラスク
15	水	鮭のチーズムニエル 高野豆腐のうま煮 和風玉ねぎの野菜スープ	牛乳 フルーツゼリー
16	木	スナックパン、ポトフ、春雨サラダ	牛乳 おにぎり(そぼろ)
17	金	豆腐ハンバーグ、ポパイソテー、みそ汁	牛乳 おかし
18	土	ウイニーライス、コンソメスープ、りんご	牛乳 おかし
20	月	豚肉のねぎみそ焼き 大根ときゅうりのサラダ 和風キャベツの野菜スープ	牛乳 スイートポテト
21	火	さきみフライ ほうれん草とウイナーのソテー みそ汁	牛乳 みずようかん
22	水	マーボー豆腐 わかめともやしのスープ、りんご	牛乳 パンブキンバイ
23	木	世界の国の日 バタールロール プーレ・ア・ラ・クレーム キャロット・ラペ	牛乳 ラング・ド・シャ
24	金	さわらのごま照り焼き、ひじきの煮物 みそ汁	牛乳 カップヨーグルト
25	土	ベーコンピラフ、コンソメスープ、りんご	牛乳 おかし
27	月	鮭の香草焼き ほうれん草とちくわのおかか和え 玉ねぎの野菜スープ	牛乳 アメリカンドッグ
28	火	厚焼き卵、豆腐スープ、オレンジ	牛乳 黒糖蒸しパン
30	木	カレーライス、フレンチサラダ	牛乳 フルーツヨーグルト

旬の食材・・・いちご

いちごの旬は4月から5月です。江戸時代にオランダから伝えられました。  
ビタミンCがたくさん含まれており、風邪予防にも良いと言われています。  
5〜7粒食べれば1日の必要量を摂取できます。



## 世界の国の日～今月はフランスです。

フランス料理は、世界三大料理のひとつです。

フランス南部に位置するプロヴァンス地方にはオリーブ油、ニンニク、トマトを用いた料理が多く見られます。  
魚介類をサフラン(めしべを乾燥させた香辛料)、トマト、ニンニク、オリーブ油で調理したブイヤベースは、この地方の代表的な鍋料理で、世界的に有名です。

園では、プーレ・ア・ラ・クレーム(鶏肉クリーム煮込み)、キャロット・ラペ(人参サラダ)、おやつにラング・ド・シャ(クッキー)をいただきます。



- ☆おやつは上段:午前、下段:午後になっています。それぞれに牛乳がつきます。
- ☆その日の材料の都合により、献立が変更になることがあります。
- ☆玄関に『今日の献立(3歳児用)』を掲示してありますので、参考にして下さい。