

5月 予定献立表

令和7年5月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)
1(木)	果物	ご飯 鮭の香味焼き パナナ	ジャージャー麺	鮭、ねぎ、生姜、醤油、三温糖、みりん、ブロッコリー、人参、きゅうり、黄パプリカ、しらす、塩	幼 521	28.2
	牛乳	ブロッコリーのしらす和え 大根のすまし汁	牛乳	ごま油、玉ねぎ、大根、しめじ、小松菜、豚ばら、だしかつお、だし昆布、味噌、豚ひき、もやし	乳 468	24.5
2(金)	おかし	金太郎ご飯 シュウマイ オレンジ	柏餅 乳児：ゆかりおにぎり	玉ねぎ、椎茸、豚ひき、木綿、生姜、焼売の皮、人参、塩、こしょう、醤油、酒、ごま油、片栗粉、酢、キャベツ、かぶ、アスパラガス、きゅうり、コーン	幼 522	22.2
	牛乳	春野菜サラダ 竹の子の味噌汁	牛乳	三温糖、オリーブオイル、竹の子、ねぎ、わかめ、えのき、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、上新粉、白玉粉、砂糖、こしあん、柏の葉、ゆかり	乳 468	19.4
3(土)		憲法記念日				
5(月)		みどりの日				
6(火)		こどもの日				
7(水)	おかし	ハヤシライス ガーリックサラダ	かぼちゃクリーム サンド	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、醤油、塩、三温糖	幼 618	27.4
	牛乳	ほうれん草のスープ メロン	牛乳	ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、鶏さき身、酢、ごま油、ねぎ、舞茸、ほうれん草、鶏肉、だしかつお昆布、かぼちゃ、マーガリン	乳 543	23.9
8(木)	果物	バターロール タンドリーチキン オレンジ	おかかチャーハン	鶏もも、玉ねぎ、にんにく、生姜、ケチャップ、三温糖、塩、醤油、カレー粉、キャベツ、人参、きゅうり、コーン	幼 531	24.2
	牛乳	コールスローサラダ ポテトスープ	牛乳	オリーブオイル、酢、ねぎ、じゃが芋、しめじ、小松菜、豚肉、だしかつお、だし昆布、葉ねぎ、ごま、かつお節	乳 499	22.2
9(金)	おかし	ご飯 鰯のあんかけ パナナ	ココア蒸しパン	鰯、ねぎ、人参、竹の子、えのき、スナップエンドウ、生姜、だしかつお、だし昆布、醤油、酒、塩、ごま油、片栗粉、大根	幼 546	21.9
	牛乳	野菜の胡麻酢和え 油揚げの味噌汁	牛乳	きゅうり、黄パプリカ、すりごま、酢、三温糖、玉ねぎ、ほうれん草、もやし、舞茸、油揚げ、味噌、小麦粉、BP、ココア、豆乳、油	乳 500	19.9
10(土)	おかし	鶏肉丼 豚ばら大根	おかし	鶏もも、椎茸、玉ねぎ、葉ねぎ、きざみ海苔、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 638	25.9
	牛乳	小松菜の味噌汁 パナナ	牛乳	三温糖、塩、豚ばら、人参、大根、生姜、ねぎ、かぶ、えのき、小松菜、味噌	乳 566	23.2
12(月)	おかし	ご飯 豆腐のうま煮 オレンジ	青のりんシュガー トースト	ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、豚肉、木綿、醤油、塩、片栗粉、ひじき、もやし、きゅうり	幼 529	24.6
	牛乳	ひじきのサラダ ごぼうの味噌汁	牛乳	コーン、三温糖、油、酢、ごぼう、玉ねぎ、舞茸、葉ねぎ、豚ばら、だしかつお、だし昆布、味噌、青のり、マーガリン	乳 481	22.0
13(火)	果物	ミートソーススパゲティ グリーンサラダ	しらすおにぎり	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットマト、トマトピューレ、にんにく、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、ブロッコリー	幼 609	24.1
	牛乳	春野菜のポトフ パナナ	牛乳	きゅうり、アスパラガス、黄パプリカ、オリーブオイル、酢、じゃが芋、かぶ、しめじ、スナップエンドウ、豚肉、だしかつお昆布、醤油、しらす	乳 534	21.4
14(水)	おかし	テンジャオロース丼 ツナサラダ	焼きそば	人参、ピーマン、赤パプリカ、竹の子、生姜、にんにく、豚肉、ごま油、三温糖、味噌、醤油、塩、片栗粉、ツナ、大根	幼 539	28.3
	牛乳	ワンタンスープ メロン	牛乳	きゅうり、コーン、酢、オリーブオイル、ねぎ、鶏ひき、ワンタンの皮、葉ねぎ、干し椎茸、だしかつお昆布、もやし、キャベツ	乳 488	24.8
15(木)	果物	さつま芋パン 鮭のパン粉焼き オレンジ	カレーピラフ	鮭、にんにく、パセリ、パン粉、塩、胡椒、粉チーズ、オリーブオイル、キャベツ、人参、きゅうり、黄パプリカ	幼 585	28.5
	牛乳	フレンチサラダ 洋風春雨スープ	牛乳	三温糖、酢、春雨、玉ねぎ、トマト、しめじ、小松菜、鶏肉、だしかつお、だし昆布、醤油、ピーマン、豚ひき	乳 476	23.2
16(金)	おかし	竹の子ご飯 鶏の照り焼き すいか	ジャムケーキ	鶏もも、生姜、醤油、三温糖、みりん、ブロッコリー、人参、黄パプリカ、きゅうり、塩昆布、ごま油、かぼちゃ	幼 525	24.8
	牛乳	昆布和え かぼちゃの味噌汁	牛乳	大根、玉ねぎ、じめじ、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、砂糖、マーガリン、豆乳、いちごジャム	乳 475	22.4
17(土)	おかし	ピラフ 豚肉とキャベツの炒め煮	おかし	玉ねぎ、人参、黄パプリカ、コーン、鶏肉、油、醤油、塩、胡椒、豚肉、キャベツ、にんにく	幼 555	25.0
	牛乳	もやしのスープ パナナ	牛乳	ピーマン、味噌、三温糖、ごま油、もやし、ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 500	22.1
19(月)	おかし	カレーライス 切干大根のサラダ	ミルクサンド	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、豚肉、カットマト、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、切干大根、きゅうり	幼 607	24.3
	牛乳	いんげんのスープ オレンジ	牛乳	コーン、醤油、三温糖、酢、ごま油、ねぎ、もやし、しめじ、いんげん、だしかつお、だし昆布、牛乳、砂糖	乳 556	22.4
20(火)	果物	鶏ごぼううどん かぼちゃのいとこ煮	中華おこわ	鶏もも、人参、ごぼう、ねぎ、大根、ほうれん草、油揚げ、だしかつお、だし昆布、味噌、かぼちゃ、小豆	幼 529	24.1
	牛乳	じゃこサラダ メロン	牛乳	醤油、塩、じゃこ、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、三温糖、酢、油、竹の子、干し椎茸、豚肉	乳 486	21.4
21(水)	おかし	ごま塩ご飯 カレイの煮つけ すいか	きな粉蒸しパン	ごま塩、カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、鶏さき身、マヨネーズ、玉ねぎ	幼 554	25.1
	牛乳	マカロニサラダ キャベツの味噌汁	牛乳	キャベツ、しめじ、スナップエンドウ、豚ばら、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、きな粉、豆乳、砂糖、油	乳 494	22.1
22(木)	果物	かぼちゃロール チキンカツ パナナ	おかかおにぎり	鶏むね肉、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、三温糖、アスパラガス、かぶ、人参、きゅうり	幼 583	26.9
	牛乳	アスパラとかぶのサラダ お麩のスープ	牛乳	黄パプリカ、ツナ、醤油、酢、オリーブオイル、玉ねぎ、えのき、小松菜、麩、豚肉、だしかつお、だし昆布、かつお節	乳 533	24.3
23(金)	おかし	ご飯 豚の煮物 オレンジ	スープマカロニ	豚肩ロース、大根、人参、キャベツ、生姜、玉ねぎ、小松菜、醤油、三温糖、酒、油、ほうれん草、きゅうり、もやし、ごま	幼 523	25.3
	牛乳	ほうれん草の胡麻和え 豆腐の味噌汁	牛乳	すりごま、ねぎ、竹の子、わかめ、舞茸、豆腐、だしかつお、だし昆布、味噌、カットマト、豚肉、にんにく、しめじ、マカロニ	乳 461	22.1
24(土)	おかし	そぼろ丼 塩キャベツサラダ	おかし	玉ねぎ、鶏ひき、生姜、もやし、人参、小松菜、醤油、三温糖、塩、ごま油、油、片栗粉	幼 585	23.9
	牛乳	えのきの味噌汁 パナナ	牛乳	キャベツ、きゅうり、酢、ねぎ、えのき、かぶ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	乳 521	21.3
26(月)	おかし	ふりかけご飯 ねぎ塩チキン	鮭のケーキサレ	小松菜、人参、ごま、じゃこ、海苔、鶏もも、ねぎ、にんにく、ごま油、塩、片栗粉、きゅうり、かぶ、黄パプリカ、だしかつお昆布	幼 529	25.0
	牛乳	野菜の漬付け ナスの味噌汁 すいか	牛乳	醤油、酢、玉ねぎ、舞茸、葉ねぎ、なす、油揚げ、だし煮干し、味噌、鮭、ほうれん草、小麦粉、おから、豆乳、BP、バター、砂糖	乳 480	22.5
27(火)	果物	あんかけ焼きそば アスパラのマヨサラダ	ツナおにぎり	豚肉、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、コーン	幼 556	22.7
	牛乳	大根の中華風スープ オレンジ	牛乳	アスパラガス、きゅうり、黄パプリカ、マヨネーズ、かつお節、大根、ねぎ、しめじ、小松菜、鶏ひき、だしかつお昆布、ツナ	乳 508	20.4
28(水)	おかし	ご飯 厚揚げのそぼろ煮 パナナ	鶏塩うどん	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、豚ひき、厚揚げ、にんにく、生姜、青梗菜、油、塩、醤油、三温糖、ブロッコリー	幼 522	25.7
	牛乳	おかか和え わかめの味噌汁	牛乳	きゅうり、黄パプリカ、かつお節、わかめ、ねぎ、えのき、もやし、豚肉、だしかつお、だし昆布、味噌、鶏もも、小松菜	乳 474	22.7
29(木)	果物	胚芽ロール カレイのトマトソース メロン	かやく混ぜご飯	カレイ、玉ねぎ、しめじ、黄パプリカ、トマト、にんにく、塩、胡椒、油、ケチャップ、大根、きゅうり、人参、もやし、すりごま、酢	幼 522	27.4
	牛乳	大根のシャキシャキサラダ かぶのスープ	牛乳	三温糖、醤油、ごま油、かぶ、ねぎ、舞茸、ほうれん草、豆腐、豚ばら、だしかつお昆布、鶏肉、油揚げ、干し椎茸、刻み昆布	乳 472	24.1
30(金)	おかし	洋風炊き込みご飯 コロコロチキンのポテト焼き	バナナとメロンの ミルフィーユ	ツナ、玉ねぎ、にんにく、マッシュルーム、人参、バター、鶏むね肉、にんにく、じゃが芋、パセリ、酒、塩、胡椒、片栗粉、粉チーズ、オリーブ油、ケチャップ、きゅうり	幼 543	23.1
	牛乳	ブロッコリーサラダ コーンスープ オレンジ	牛乳	ブロッコリー、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、コーン、ねぎ、キャベツ、椎茸、小松菜、豚肉、だしかつお昆布、生クリーム、ヨーグルト、パイシート、バナナ、メロン	乳 527	21.2
31(土)	おかし	チャーハン キャベツの中華煮	おかし	ねぎ、人参、黄パプリカ、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、醤油、塩、鶏もも	幼 591	23.1
	牛乳	チンゲン菜のスープ パナナ	牛乳	キャベツ、椎茸、だしかつお、だし昆布、三温糖、玉ねぎ、青梗菜、舞茸、かぶ	乳 529	21.0

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児 579 24.6	平均値	幼 557 25.1
	乳児 473 20.1		乳 502 22.3