


令和6年5月 昼食・おやつ・軽食 献立表

日付	曜	乳幼児昼食			献立名			主要材料			栄養価 幼児 エネルギーKcal 蛋白g 脂肪g	軽食 献立名
		0,1,2歳児午前	1~5歳児午後	献立名	おやつ	おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの			
1	15/29	水	①ご飯 ②みそ汁(わかめ・長葱) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①みかんヨーグルト ⑥りんごジュース	米・じゃが芋 油 エッグケア	豚肉 ヨーグルト みそ	わかめ・長葱 もやし・人参・玉ねぎ しょうが・きゅうり みかん缶・コーン	517kcal 14.5g 15.9g	①フライドポテト 102kcal		
2	16/30	木	①ドライカレー (5/2のみこいのぼりご飯) ②中華スープ (あさつき・えのき) ④チンゲン菜の和え物 ⑤フルーツ	⑥ほりはりいわし (2歳) ①ペビスティック (0,1歳)	①兜の焼き春巻き 16/30 プリン ⑥牛乳	米・油・バター カレールー・ごま油 2日 こしあん・あまのめ 16/30日 プリンの素	豚肉 牛乳 みそ	16/30日 みかん 人参・レーズン・えのき 玉ねぎ・わかめ・ピーマン チンゲン菜・キャベツ・あさつき	593kcal 18.5g 20.7g	①わかめおにぎり 107kcal		
	17/31	金	①ガーリックトースト ②スープ (キャベツ・コーン) ③ポークビーンズ ④ブロッコリー ⑤フルーツ	①ペビスティック	①五目ごはん ⑥牛乳	食パン・バター 油・エッグケア じゃが芋	豚肉 大豆 鶏肉 油揚げ	キャベツ・コーン 人参・玉ねぎ・トマト ブロッコリー・パセリ にんにく・ごぼう・椎茸	542kcal 20.0g 21.4g	①ゆかりおにぎり 107kcal		
	18	土	①けんちんうどん ④ふかし芋 ⑤フルーツ	⑥牛乳	①かやくおにぎり ⑥牛乳	うどん さつまいも 米	豚肉・鶏肉 豆腐 牛乳	人参・ごぼう 大根・あさつき しいたけ みつば	520kcal 17.4g 10.3g	①菜飯おにぎり 107kcal		
7	21	火	①ご飯 ②清汁(春雨・みつば) ③カレイの照り焼き ④キャベツソテー ⑤フルーツ	⑥小魚 (2歳) ①ペビスティック (0,1歳)	①お熱のきなこラスク ⑥牛乳	米・油・ごま油 春雨 お熱・バター きなこ	カレイ 牛乳	キャベツ・人参 玉ねぎ・みつば	487kcal 20.6g 15.6g	①わかめおにぎり 107kcal		
8	22	水	①ご飯 ②みそ汁 (油揚げ・長葱) ③肉じゃが ④キャベツのゆかり和え ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①南瓜の豆乳ケーキ ⑥牛乳	米・しらたき じゃが芋 油 ホットケーキミックス	豚肉 牛乳 油揚げ・みそ	長葱・南瓜 玉ねぎ・人参・ゆかり グリーンピース キャベツ・きゅうり	553kcal 16.1g 18.7g	①ゆかりおにぎり 107kcal		
9	23	木	①ピビンパチ ②みそ汁 (白菜・あさつき) ④小松菜とコーンのナムル ⑤フルーツ	⑥ほりはりいわし (2歳) ①ペビスティック (0,1歳)	①キャラットクッキー 9日 おおにぎり (5歳以上) ⑥牛乳	米 小麦粉・バター ごま油	豚肉 牛乳 みそ	白菜・あさつき 玉ねぎ・小松菜・ほうれん草 もやし・コーン 人参・グリーンピース (5歳以上のみ)	493kcal 13.6g 19.0g	①菜飯おにぎり 107kcal		
10	24	金	①ミートソーススパゲティ ②スープ (もやし・コーン) ④ブロッコリーとツナのサラダ ⑤フルーツ	①ペビスティック	①ひじきチャーハン ⑥牛乳	米 スパゲティ 油・ごま油	豚肉 牛乳 ツナ	玉ねぎ・人参・ひじき ピーマン・コーン もやし ブロッコリー・キャベツ	542kcal 21.8g 16.7g	①フライドポテト 102kcal		
11	25	土	①みそもやしラーメン ③じゃが芋のカレーソテー ⑤フルーツ	⑥牛乳	①ごぎつねごはん ⑥牛乳	中華麺 油・ごま油 じゃが芋・カレー粉 米	豚肉 みそ・油揚げ ウィンナー 牛乳	もやし・キャベツ にら・人参/ 長葱・コーン・小松菜 玉ねぎ・ピーマン	558kcal 20.2g 18.8g	①わかめおにぎり 107kcal		
13	27	月	①ご飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③鮭フライ ④カリフラワーとキャベツソテー ⑤フルーツ	①星パフ	①ブルーベリーマフィン ⑥牛乳	米 ホットケーキミックス 油 パン粉・小麦粉	鮭 みそ 牛乳 豆乳	カリフラワー・ピーマン キャベツ・人参 なめこ・みつば ブルーベリージャム	510kcal 21.0g 13.6g	①ゆかりおにぎり 107kcal		
14	28	火	①菜めしご飯 ②清汁 (小松菜・えのき) ③唐揚げ ④フレンチコールスロー ⑤フルーツ	⑥小魚 (2歳) ①ペビスティック (0,1歳)	①オレンジかん 14日 おおにぎり (とろ) 28日 おおにぎり (ねこ) ⑥牛乳	米 油 片栗粉	鶏肉 牛乳	菜めしの素・小松菜 人参・コーン・寒天 みかん缶・オレンジジュース	495kcal 16.7g 14.6g	①菜飯おにぎり 107kcal		

☆お楽しみ給食☆

20		月	①ツナピラフ ②春野菜スープ ③ミートローフ ④野菜の付け合わせ ⑤フルーツ	⑥ヨーグルト	①いちごマーブルマフィン ⑥牛乳	米 油 パン粉 ホットケーキミックス	ツナ ウィンナー 豚肉・バター 牛乳・ホイップ	玉ねぎ・人参 ピーマン・コーン 春キャベツ・玉ねぎ ブロッコリー・いちご	641kcal 21.5g 26.8g	①フライドポテト 102kcal
----	---	---	---	--------	---------------------	-----------------------------	----------------------------------	---	---------------------------	---------------------

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆献立表に記載されていない食材 (園で収穫した野菜など) を急遽使用する可能性があります。使用する際は掲示などでお知らせいたします

☆調理過程において、材料に記載のない調味料を使用する事があります (塩・醤油・砂糖・片栗粉・顆粒中華だし) 在園児のアレルゲンに該当するものではありません。

☆4月より夕食の提供はありません。