



5月

幼児食献立表



日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類</small>	“熱・力” の元になる食品 <small>穀類・油脂類・砂糖類・芋類</small>	“体調” を整える食品 <small>野菜類・海藻類・くだもの類</small>	調味料	エネルギー
2 (月) 弁当箱	【おにぎり給食】 鯖のみそ焼き ひじきの五目煮 オレンジ	鯖・味噌 大豆・油揚げ	米(ゆかり・青菜) 砂糖 油・砂糖	ひじき・蓮根・人参・こまつな オレンジ	淡口醤油 鯉・昆布だし	450 kcal
	憲法記念日					
3 (火)	みどりの日					
4 (水)	こどもの日					
6 (金)	なすのトマトソーススパゲティ ミモザサラダ オレンジ 牛乳	ベーコン 卵 牛乳	スパゲティ・オリーブオイル フレンチドレッシング	なす・玉葱・ホールトマト・ト マトケチャップ キャベツ・ブロッコリー・人参 オレンジ	コンソメ	490 kcal
	7 (土)	鶏そぼろ丼 小松菜の和え物 わかめの味噌汁 ヨーグルト	卵・鶏ひき肉 ちくわ 味噌・豆腐 ヨーグルト	米・砂糖 砂糖 小松菜・人参 わかめ	淡口醤油 淡口醤油	
9 (月) 年長 園外保育 弁当箱	【おにぎり給食】 鮭のホイイル焼き 根菜と春雨の胡麻酢和え バナナ	鮭 鶏ささみ肉	米(わかめ・こま塩) 酒 砂糖・春雨・胡麻	玉葱・しめじ・コーン 蓮根・きゅうり・人参 バナナ	淡口醤油 淡口醤油 酢	430 kcal
	10 (火) 年中 園外保育 弁当箱	【おにぎり給食】 タンドリーチキン ひじきのマヨサラダ オレンジ キャンディチーズ	鶏もも肉・ヨーグルト ハム チーズ	米(ゆかり・青菜) カレー粉 マヨネーズ	玉葱・生姜・トマトケチャップ ひじき・キャベツ・きゅうり オレンジ	
11 (水) 弁当箱		【おにぎり給食】 切り干し大根の中華風卵焼き 棒棒鶏 りんご	豚ひき肉・豆腐・卵 鶏ささみ肉・白味噌	米(わかめ・こま塩) 砂糖 練り胡麻・胡麻・砂糖	切り干し大根・人参・青葱 もやし・きゅうり・人参 りんご	中華あじ 濃口醤油 淡口醤油 酢
	12 (木) 弁当箱	【おにぎり給食】 ちくわの磯辺揚げ 炒り鶏 オレンジ	ちくわ 鶏もも肉	米(ゆかり・青菜) てんぷら粉・油 砂糖	青のり 蓮根・ごぼう・椎茸・いんげん・ 人参 オレンジ	淡口醤油 淡口醤油 酢
13 (金)		ハヤシライス マセドアンサラダ バナナ 牛乳	牛もも肉 ツナ 牛乳	米・ハヤシルウ じゃがいも・マヨネーズ	玉葱・人参・ホールトマト・ トマトケチャップ レタス・人参・きゅうり バナナ	淡口醤油
	14 (土)	やきそば 中華風かきたまスープ オレンジ ヨーグルト	豚もも肉 卵 ヨーグルト	焼きそば麺・焼きそばソース 胡麻・胡麻油	キャベツ・人参 白葱 オレンジ	中華あじ
16 (月) 年中 園外保育 予備日 弁当箱		【おにぎり給食】 チキンピカタ 切り干し大根のトマト煮 オレンジ	鶏もも肉・卵 ベーコン	米(ゆかり・青菜) 砂糖	パセリ 切り干し大根・玉葱・ピーマ ン・ホールトマト オレンジ	淡口醤油 コンソメ
	17 (火) 年長 園外保育 予備日	ごはん 鯖の香味焼き 高野豆腐の卵とし りんご キャンディチーズ	鯖 高野豆腐・卵 チーズ	米 砂糖	生姜・白葱 絹さや りんご	淡口醤油 鯉・昆布だし 淡口醤油

18 (水)	誕生会 おにぎり持参🍣 オレンジゼリー (オレンジジュース・みかん缶・ゼラチン・砂糖)					
19 (木)	ごはん お好み焼き もやし塩昆布和え オレンジ	豚ばら肉・いわ・えび・卵 ちくわ	米 お好み焼き粉・お好み焼きソース・マヨネーズ・天かす 砂糖	キャベツ・青葱・マヨネーズ もやし・人参・小松菜・塩昆布 オレンジ	淡口醤油	420 kcal
20 (金)	コッペパン マカロニグラタン 花野菜サラダ ヨーグルト	鶏もも肉・牛乳・豆乳・チーズ ツナ ヨーグルト	コッペパン マカロニ・ホワイトソース レインボードレッシング	玉葱・しめじ・パセリ ブロッコリー・人参・キャベツ	コンソメ	410 kcal
21 (土)	シーフードピラフ ほうれん草と卵のソテー バナナ 牛乳	えび・ツナ 卵 牛乳	米 油	玉葱・人参・コーン ほうれん草 バナナ	コンソメ 塩	480 kcal
23 (月) 1号年長 代休 弁当箱	【おにぎり給食】 鱈のから揚げ ほうれん草のじゃこ和え りんご	鱈 ちりめんじゃこ	米(ゆかり・青菜) 片栗粉・米粉・油 砂糖	生姜 ほうれん草・白菜・人参 りんご	淡口醤油 淡口醤油	400 kcal
24 (火)	ごはん 牛肉と春雨の炒め物 豆腐とひじきのサラダ バナナ	牛肉 豆腐	米 春雨・砂糖・胡麻油 砂糖・胡麻	だけのご・ピーマン 蓮根・人参・ひじき・いんげん バナナ	濃口醤油 中華あじ 淡口醤油	460 kcal
25 (水) 弁当箱	【おにぎり給食】 干草焼き もやしのゆかり和え オレンジ	卵・鶏ひき肉 鶏むね肉	米(わかめ・こま塩) 砂糖 砂糖	たまねぎ・人参・干し椎茸 もやし・きゅうり・人参 オレンジ	淡口醤油 淡口醤油	450 kcal
26 (木)	ごはん 鱈のマヨコーン焼き 大豆のコロコロサラダ ミネストローネ キャンディチーズ	鱈 ハム・大豆 ベーコン チーズ	米 マヨネーズ フレンチドレッシング	コーン きゅうり・トマト 玉葱・キャベツ・人参・ホールトマト	淡口醤油 淡口醤油 コンソメ コンソメ	540 kcal
27 (金)	コッペパン 手作りコロッケ チキンサラダ オレンジ 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉・卵 鶏ささみ肉 牛乳	コッペパン じゃがいも・小麦粉・パン粉・油 フレンチドレッシング	玉葱 キャベツ・人参・コーン オレンジ	塩 コンソメ	440 kcal
28 (土)	きつねうどん 茄子とピーマンの甘辛炒め りんご ヨーグルト	豚もも肉・油揚げ ヨーグルト	うどん・みりん 砂糖	かぼちゃ・小松菜 茄子・ピーマン りんご	軽・昆布だし 淡口醤油 淡口醤油	370 kcal
30 (月) 弁当箱	【おにぎり給食】 鶏の照り焼き キャベツの胡麻和え バナナ	鶏もも肉 鶏ささみ肉	米(ゆかり・青菜) 砂糖 練り胡麻・砂糖	キャベツ・人参 バナナ	淡口醤油 淡口醤油	370 kcal
31 (火)	ごはん 鮭の中華風甘酢あんかけ 中華サラダ トックスープ	鮭 焼き豚 鶏もも肉	米 片栗粉 砂糖・胡麻 トック	たまねぎ・人参・ピーマン 大根・きゅうり 青梗菜・しめじ	淡口醤油 中華あじ 淡口醤油 中華あじ	400 kcal

〔給食室からのお知らせ〕

- ・5月から水曜日も給食があります。
- ・毎週月曜日、水曜日、10日(火)と12日(木)はおにぎり給食のため、空の弁当箱を必ず持たせてください。
- ・18日(水)は誕生会です。昼食の**おにぎり🍣**と、おやつを食べるための**フォーク**を持参してください。
- ・園外保育に行く学年は、**おにぎり持参日**となります。他の学年は園で給食を食べます。

年長：9日(月) 予備日17日(火)

年中：10日(火) 予備日16日(月)