



# 5月 給食献立表



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	水	パン 卵とトマトスープ 鶏肉のマーマレード焼き アスパラサラダ 蒸し野菜 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶  おかかチャーハン 麦茶	鶏卵・ベーコン・若鶏もも皮なし・ヨーグルト・削り節	ロールパン・調合油・片栗粉・三温糖・精白米	バナナ・トマト・たまねぎ・パセリ・マーマレード・キャベツ・アスパラガス・にんじん・かぼちゃ・こねぎ
2	木	豚肉の旨煮丼 もやしのスープ 大根の味噌サラダ 果物(バナナ)	ジュース 菓子  パン 牛乳	ぶたロース・ベーコン・みそ・牛乳	菓子・精白米・調合油・ごま油・三温糖・片栗粉・いりごま・パン	りんごジュース・にんじん・たまねぎ・キャベツ・えのきたけ・ぶなしめじ・にんにく・チンゲンサイ・りよくとうもろやし・生しいたけ・だいこん・きゅうり・冷凍コーン・バナナ
7	火	ご飯 味噌汁 唐揚げのネギソースがけ 茹で野菜 蒸し野菜 果物(柑橘類)	ヨーグルト 麦茶  ピザトースト 牛乳	ヨーグルト・油揚げ・みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ベーコン・ピザ用チーズ・牛乳	精白米・片栗粉・調合油・三温糖・マヨネーズ・食パン	たまねぎ・ほうれんそう・しょうが・長ねぎ・キャベツ・りよくとうもろやし・くりかぼちゃ・柑橘類・青ピーマン・トマトケチャップ
8	水	パン キャベツのスープ 豚肉のりんごソースがけ スパゲティソテー スティック野菜 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶  五目ちらし 麦茶	ぶたロース・ヨーグルト・油揚げ・でんぶ	ロールパン・有塩バター・三温糖・マカロニ・スパゲティ・調合油・マヨネーズ・精白米	バナナ・キャベツ・たまねぎ・えのきたけ・にんじん・りんご・赤ピーマン・きゅうり・かんぴょう・乾しいたけ・ごぼう・焼きのり
9	木	五目おこわ すまし汁 出汁入り玉子焼き 切干し大根の甘酢和え 茹でキャベツ ピーチゼリー	ジュース 菓子  柏餅(幼児) おにぎり 麦茶	油揚げ・木綿豆腐・削り節・鶏卵	あられ・精白米・糸こんにゃく・調合油・三温糖・マヨネーズ・ゼリー	りんごジュース・ごぼう・乾しいたけ・にんじん・えのきたけ・長ねぎ・ほうれんそう・まこんが・切干しだいこん・りよくとうもろやし・きゅうり・キャベツ
10	金	ご飯 味噌汁 まあじのカレー風味揚げ ひじきの炒り煮 スナッパえんどう オレンジゼリー	牛乳 菓子  ラーメン 麦茶	牛乳・みそ・削り節・煮干し・あじ・油揚げ・焼き豚・なると	あられ・精白米・三温糖・片栗粉・調合油・糸こんにゃく・マヨネーズ・ゼリー・中華めん	えのきたけ・だいこん・みずな・にんにく・乾ひじき・にんじん・スナッパえんどう・冷凍コーン・長ねぎ
11	土	焼きそば ポテトスープ スティック野菜 ヨーグルト	牛乳 菓子  ラスク 牛乳	普通牛乳・ぶたロース・ベーコン・ヨーグルト	あられ・中華めん・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・食パン・有塩バター・グラニュー糖	キャベツ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン・あおのり・パセリ・きゅうり
13	月	子キントマトカレーライス 野菜スープ 和風サラダ 果物(バナナ)	牛乳 菓子  かりんとうトースト 牛乳	牛乳・若鶏もも皮なし・ベーコン	あられ・精白米・調合油・有塩バター・ごま油・食パン・黒砂糖	たまねぎ・ホールトマト・しょうが・にんにく・りよくとうもろやし・にんじん・チンゲンサイ・乾しいたけ・キャベツ・きゅうり・塩わかめ・ぶなしめじ・バナナ
14	火	ご飯 豚汁 鯖の塩焼き ★納豆和え スティックきゅうり りんごゼリー	ヨーグルト 麦茶  鶏南蛮 麦茶	ヨーグルト・ぶたロース・生揚げ・みそ・さば・納豆・若鶏もも皮なし・削り節	精白米・糸こんにゃく・調合油・三温糖・マヨネーズ・ゼリー・うどん・片栗粉	ごぼう・だいこん・にんじん・長ねぎ・こまつな・りよくとうもろやし・きゅうり・乾しいたけ・たまねぎ
15	水	パン 中華風コーンスープ きのこのハンバーグ 茹でアスパラ 粉ふき芋 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶  塩昆布とごまのおにぎり 麦茶	鶏卵・鶏ひき肉・ぶたひき肉・ヨーグルト	ロールパン・片栗粉・パン粉・調合油・マヨネーズ・じゃがいも・精白米・いりごま	バナナ・コーン缶詰クリーム・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・トマトケチャップ・ぶなしめじ・アスパラガス・塩昆布
16	木	お赤飯 味噌汁 鶏肉のカレー揚げ ポテトサラダ 煮付け・スナッパエンドウ ピーチゼリー	菓子 ジュース  ケーキ 麦茶	ささげ・絹ごし豆腐・みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ロースハム・さつま揚げ	菓子・精白米・ごま油・片栗粉・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・三温糖・ゼリー・ショートケーキ	りんごジュース・なめこ・塩わかめ・しょうが・きゅうり・だいこん・にんじん・スナッパえんどう・いちご
17	金	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き 切干大根の煮付け 蒸し野菜 果物(桃缶)	牛乳 菓子  アメリカンドック 牛乳	牛乳・生揚げ・みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・さつま揚げ・フランクフルトソーセージ・鶏卵	菓子・精白米・三温糖・調合油・さつまいも・薄力粉	たまねぎ・チンゲンサイ・しょうが・切干しだいこん・にんじん・白桃缶・トマトケチャップ
18	土	中華丼 韓国風スープ かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	牛乳 菓子  のりチーズサンド 牛乳	牛乳・ぶたロース・なると・ヨーグルト・プロセスチーズ	菓子・精白米・三温糖・ごま油・片栗粉・いりごま・食パン・マヨネーズ	はくさい・たまねぎ・にんじん・きくらげ・青ピーマン・ゆでたけのこ・塩わかめ・冷凍くりかぼちゃ・焼きのり

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
幼児	593	22.4	19.1	195	2.3	192	0.35	0.35	34	5.7	2.6
乳児	498	18.8	15.3	210	1.8	161	0.29	0.35	30	4.4	2.1

※おやつの上段は、乳児の午前のおやつです  
 ※乳児のマヨネーズは、卵の入っていない製品を使用しています  
 ※材料の入荷状況により献立を変更する場合があります  
 ※★マークは新メニューです

保護者	園長	栄養士



# 5月 給食献立表



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
20	月	青菜ご飯 豚肉とこんにゃくの炒め汁 かじきの甘酢焼き 鶏肉と胡瓜の胡麻和え 茹で人参 ヨーグルト	牛乳 菓子  大学芋 麦茶	牛乳・ぶたロース・めかじき・若鶏ささ身・ヨーグルト	菓子・精白米・糸こんにゃく・ごま油・三温糖・片栗粉・すりごま・さつまいも・調合油・いりごま	にんじん・えのきたけ・長ねぎ・さやいんげん・きゅうり・塩わかめ
21	火	ご飯 味噌汁 生姜やき シルバーサラダ スティックキュウリ 果物(バナナ)	ヨーグルト 麦茶  お好み揚げ 麦茶	ヨーグルト・みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・ロースハム・鶏卵	精白米・調合油・はるさめ・マヨネーズ・お好み焼き粉	えのきたけ・りよくとうもやし・こまつな・しょうが・にんじん・きゅうり・バナナ・こねぎ・キャバツ・あおのり・冷凍コーン
22	水	パン かぼちゃクリームスープ スパニッシュオムレツ マカロニサラダ 茹で人参 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶  焼きおにぎり 麦茶	牛乳・鶏卵・ベーコン・ヨーグルト	ロールパン・片栗粉・じゃがいも・調合油・マカロニ・スパゲティ・精白米・ごま油	バナナ・冷凍くりかぼちゃ・たまねぎ・パセリ・トマトケチャップ・にんじん・きゅうり
23	木	三色ご飯 味噌汁 はんぺんの磯辺揚げ キャバツのおかか和え 果物(柑橘類)	ジュース 菓子  練乳クッキー 牛乳	鶏ひき肉・鶏卵・みそ・削り節・煮干し・はんぺん・コンデンスミルク・牛乳	菓子・精白米・三温糖・調合油・釜焼きか・天ぷら粉・薄力粉・有塩バター・粉糖	りんごジュース・にんじん・さやいんげん・たまねぎ・ほうれんそう・あおのり・キャバツ・柑橘類
24	金	ご飯 ドライビーンズ コーンスープ オリエンタルサラダ 果物(みかん缶)	牛乳 菓子  ツナサンド 牛乳	牛乳・大豆水煮缶詰・ぶたひき肉・若鶏ささ身・まぐろ油漬缶詰	菓子・精白米・調合油・三温糖・片栗粉・コーンフレーク・ごま油・食パン・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・ホールトマト・にんにく・しょうが・トマトケチャップ・冷凍コーン・チンゲンサイ・キャバツ・きゅうり・みかん缶詰
25	土	スパゲッティナポリタン 若布スープ グリーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子  炊き込みご飯 麦茶	牛乳・ベーコン・パルメザンチーズ・ヨーグルト・若鶏もも皮なし	菓子・マカロニ・スパゲティ・調合油・いりごま・精白米・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマトケチャップ・ホールトマト・塩わかめ・長ねぎ・キャバツ・きゅうり・乾しいたけ
27	月	ふりかけご飯 味噌汁 グリルチキンのトマトソース ごぼうサラダ スティックキュウリ 果物(バナナ)	牛乳 菓子  クリームコーンパスタ 麦茶	牛乳・油揚げ・みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ベーコン・パルメザンチーズ	菓子・精白米・薄力粉・調合油・三温糖・すりごま・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ	だいこん・みずな・にんにく・たまねぎ・ホールトマト・ごぼう・にんじん・きゅうり・バナナ・ほうれんそう・コーン缶詰クリーム
28	火	ブルコギ丼 もやしのスープ パンサンスー 果物(みかん缶)	ヨーグルト 麦茶  きなこ蒸しパン ジュース	ヨーグルト・ぶたロース・ベーコン・ロースハム・きな粉	精白米・調合油・三温糖・いりごま・はるさめ・ごま油・薄力粉	たまねぎ・にんじん・ごぼう・にんにく・りよくとうもやし・生しいたけ・きゅうり・みかん缶詰・りんごジュース
29	水	パン オニオンスープ コロケ スパゲティサラダ 茹でキャバツ ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶  豚肉の生姜ご飯 麦茶	鶏ひき肉・鶏卵・ヨーグルト・ぶたロース	ロールパン・じゃがいも・薄力粉・パン粉・調合油・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・精白米・三温糖	バナナ・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・きゅうり・キャバツ・しょうが・こねぎ
30	木	ごま塩ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 ズッキーニ炒め 蒸し野菜 ゼリー	ジュース 菓子  しらすトースト 牛乳	みそ・削り節・煮干し・木綿豆腐・鶏卵・鶏ひき肉・ベーコン・しらす干し・ピザ用チーズ・牛乳	菓子・精白米・ごま油・三温糖・調合油・いりごま・ゼリー・食パン・マヨネーズ	りんごジュース・キャバツ・たまねぎ・塩わかめ・ほうれんそう・生しいたけ・にんじん・ズッキーニ・くりかぼちゃ・焼きのり
31	金	ご飯 味噌汁 鮭の漬け焼き マロニーの金平 かぶの甘酢 果物(バナナ)	牛乳 菓子  じゃが芋たんぼ 牛乳	牛乳・生揚げ・みそ・削り節・煮干し・さけ	菓子・精白米・三温糖・いりごま・マロニー・ごま油・じゃがいも・片栗粉・調合油	りよくとうもやし・長ねぎ・ごぼう・にんじん・青ピーマン・かぶ・きゅうり・バナナ

### 清々しい季節です

入園・進級して1か月が経ちました。新緑の中で元気に遊び、みんなで一緒に給食を味わい、少しずつ新しい環境に慣れてきた子どもたち。疲れがでてくる時期でもあるので、ゆったり食事を楽しめるように配慮していきたいと思ひます。

### おいしい行事

#### 端午の節句

端午の節句に食べられる柏餅の柏の葉は、新芽が成長するまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄を願う縁起のよい食べ物とされています。

