

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 木	ふりかけご飯 味噌汁 出汁入り玉子焼き チャプチェ 果物(柑橘類)	ジュース 菓子 かしわもち(幼児) おにぎり(乳児) 麦茶	木綿豆腐・赤みそ・削り節・煮干し・鶏卵・ぶたロース	菓子・精白米・三温糖・マロニー・ごま油	りんごジュース・えのきたけ・こねぎ・赤ピーマン・青ピーマン・りよくとうもろやし・柑橘類
2 金	ご飯 味噌汁 唐揚げのネギソースがけ 茹で野菜 蒸し野菜(さつまいも) 果物(柑橘類)	牛乳 菓子 パン 牛乳	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし	菓子・精白米・片栗粉・調合油・三温糖・マヨネーズ・さつまいも・パン	たまねぎ・ほうれんそう・しょうが・長ねぎ・キャベツ・にんじん・柑橘類
7 水	バターロールパン キャベツのスープ 豚肉のステーキソースがけ スパゲティソース スティック野菜 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 五目おこわ 麦茶	ぶたロース・ヨーグルト・油揚げ	パン・有塩バター・三温糖・調合油・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・精白米・糸こんにゃく	バナナ・キャベツ・たまねぎ・えのきたけ・にんじん・青ピーマン・きゅうり・ごぼう・乾しいたけ
8 木	ご飯 味噌汁 まあじのカレー風味揚げ ひじきの炒り煮 スナッペンとう オレンジゼリー	ジュース 菓子 ぶっかけうどん 麦茶	赤みそ・削り節・煮干し・あじ・油揚げ	菓子・精白米・三温糖・片栗粉・調合油・糸こんにゃく・マヨネーズ・オレンジゼリー・ゆでうどん	りんごジュース・えのきたけ・だいこん・みずな・にんにく・乾ひじき・にんじん・スナッペンとう・生しいたけ・にんじん・長ねぎ・塩わかめ
9 金	豚肉の旨煮丼 もやしのスープ パンサンスー 果物(バナナ)	牛乳 菓子 マドレーヌ 牛乳	牛乳・ぶたロース・ベーコン・ロースハム・鶏卵	菓子・精白米・調合油・ごま油・三温糖・片栗粉・いりごま・はるさめ・薄力粉・無塩バター	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・きゅうり・バナナ・レモン果汁
10 土	焼きそば ポテトスープ コーンサラダ 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・ベーコン・ヨーグルト・エッグケアマヨネーズ・プロセスチーズ	菓子・中華めん・調合油・じゃがいも・食パン	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・冷凍コーン・焼きのり
12 月	ご飯 ドライビーンズ 春雨スープ オリエンタルサラダ 果物(柑橘類)	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・エッグケアマヨネーズ	菓子・精白米・調合油・三温糖・はるさめ・コーンフレーク・ごま油・食パン	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・チンゲンサイ・キャベツ・きゅうり・柑橘類
13 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 ★塩ラーメン★ 麦茶	ヨーグルト・ぶたロース・生揚げ・赤みそ・さば・納豆・サラダ竹輪	精白米・糸こんにゃく・調合油・三温糖・マヨネーズ・ゼリー・中華めん	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・たまねぎ・乾しいたけ・冷凍コーン
14 水	バターロールパン 中華風コーンスープ 煮込みハンバーグ 蒸し野菜 粉ふき芋 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 豚肉の生姜ご飯 麦茶	鶏卵・鶏ひき肉・ぶたひき肉・ヨーグルト・ぶたロース	パン・片栗粉・パン粉・調合油・マヨネーズ・じゃがいも・精白米・三温糖	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・アスパラガス・しょうが・こねぎ
15 木	三色ご飯 味噌汁 はんぺんの磯辺揚げ キャベツのおかか和え 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・赤みそ・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・金焼きふ・天ぷら粉・薄力粉・無塩バター・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・キャベツ・柑橘類
16 金	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き 切干大根の煮付け 煮豆 果物(柑橘類)	牛乳 菓子 黒ゴマリイサータアンダギー 牛乳	牛乳・生揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・さつま揚げ・金時豆・鶏卵	菓子・精白米・三温糖・調合油・薄力粉・黒砂糖・いりごま・すりごま	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・さやいんげん・柑橘類
17 土	スパゲッティ・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 おにぎり 麦茶	牛乳・ベーコン・パルメザンチーズ・ヨーグルト	菓子・スパゲティ・調合油・いりごま・精白米	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・キャベツ・きゅうり
19 月	青菜ご飯 豚肉とこんにゃくの炒め汁 鮭のみそ焼き 鶏肉と胡瓜の胡麻和え 茹で人参 ヨーグルト	牛乳 菓子 スイートポテト 牛乳	牛乳・ぶたロース・さけ・赤みそ・若鶏ささ身・ヨーグルト・生クリーム・卵黄	菓子・精白米・糸こんにゃく・ごま油・すりごま・三温糖・さつまいも・有塩バター・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

※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
 ※まだ食べたことのない食材はご家庭でお試ください
 ※★マークは新メニューです



保護者	園長	栄養士

令和 7 年



5月 給食献立表



杉ノ子第二保育園

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 火	ご飯 味噌汁 生姜やき シルバーサラダ アスパラのグリル 果物(バナナ)	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・赤みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・ロースハム・エッグケアマヨネーズ・鶏卵	精白米・調合油・はるさめ・お好み焼き粉	えのきたけ・りよくとうもろやし・こまつな・しょうが・にんじん・きゅうり・アスパラガス・バナナ・こねぎ・キャベツ・あおのり・冷凍コーン
21 水	フリオッシュパン 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 人参の甘煮 ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶	牛乳・鶏卵・ベーコン・まぐろ油 漬缶詰・ヨーグルト	パン・片栗粉・じゃがいも・調合油・マカロニ・三温糖・精白米・いりごま	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・塩昆布
22 木	お赤飯 味噌汁 鶏肉の甘辛たれ ポテトサラダ スナッペンどう ぶどうゼリー	ジュース 菓子	ささげ・絹ごし豆腐・赤みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ロースハム・エッグケアマヨネーズ	菓子・精白米・ごま油・片栗粉・調合油・三温糖・じゃがいも・マヨネーズ・ゼリー・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・にんじん・スナッペンどう・いちご
23 金	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	牛乳・ぶたロース・ベーコン・しらす干し・エッグケアマヨネーズ・ピザ用チーズ	菓子・精白米・じゃがいも・調合油・ごま油・食パン	たまねぎ・にんじん・りよくとうもろやし・チンゲンサイ・ゆでたけのこ・冷凍コーン・チンゲンサイ・冷凍くりかぼちゃ・焼きのり
24 土	中華丼 コーンのスープ かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ぶたロース・なると・ヨーグルト	菓子・精白米・三温糖・ごま油・片栗粉・食パン・有塩バター・グラニュー糖	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・冷凍コーン・チンゲンサイ・冷凍くりかぼちゃ
26 月	ご飯 味噌汁 グリルチキンのトマトソース ジャーマンポテト スティックきゅうり 果物(バナナ)	牛乳 菓子	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・フランスフルトソーセージ・ベーコン	菓子・精白米・薄力粉・調合油・三温糖・じゃがいも・マヨネーズ・スパゲティ・オリーブ油	だいこん・みずな・にんにく・たまねぎ・ホーランドマト・パセリ・きゅうり・バナナ・こまつな・エリンギ
27 火	フルコギ丼 もやしのスープ 春雨サラダ 果物(みかん缶)	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・ぶたロース・ベーコン・ロースハム・きな粉・牛乳	精白米・調合油・三温糖・ごま油・いりごま・はるさめ・薄力粉	にんにく・たまねぎ・ごぼう・にんじん・にら・りよくとうもろやし・生しいたけ・きゅうり・みかん缶詰
28 水	牛乳パン オニオンスープ 豚肉のバーベキューソース焼き スパゲッティサラダ 茹でキャベツ ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶	ぶたロース・プロセスチーズ・ヨーグルト・牛乳	パン・調合油・三温糖・スパゲティ・オリーブ油・マヨネーズ・じゃがいも・片栗粉	バナナ・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・トマトケチャップ・りんご・にんにく・しょうが・きゅうり・キャベツ
29 木	青菜ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 ズッキーニ炒め 蒸し野菜(かぼちゃ) オレンジゼリー	ジュース 菓子	赤みそ・削り節・煮干し・木綿豆腐・鶏卵・鶏ひき肉・ベーコン・牛乳	菓子・精白米・三温糖・調合油・いりごま・ゼリー・食パン	りんごジュース・キャベツ・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・いちごジャム
30 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	牛乳・生揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・さけ・納豆	菓子・精白米・三温糖・いりごま・マロニー・ごま油	りよくとうもろやし・長ねぎ・ごぼう・にんじん・青ピーマン・かぶ・きゅうり・バナナ・こねぎ
31 土	五目うどん かぼちゃの味噌そばあん フルーツヨーグルト	菓子 牛乳	牛乳・若鶏もも皮なし・蒸しわかめ・削り節・鶏ひき肉・赤みそ・ヨーグルト・まぐろ油漬缶詰	菓子・ゆでうどん・調合油・三温糖・片栗粉・精白米	にんじん・長ねぎ・乾しいたけ・ほうれんそう・冷凍くりかぼちゃ・みかん缶詰・たまねぎ

さわやかな季節になりました

青葉が輝き、外遊びが心地よい季節です。入園・進級から1か月が経ち、ようやく新しい環境に慣れてきた子どもたち。連休明けには疲れが出てくることもあります。ゆったりと給食を楽しめるように、食事の環境づくりに配慮していきたいと思います。

・食育タイム・



3～5月に旬を迎える「ひじき」は、どこでとれるでしょう？

① 畑

② 山

③ 海



③ 海
「ひじき」は海藻で、海の中では茶色っぽい色をしています。乾燥したひじきは、黒色に変わります。