

# 令和 7 年 5 月 献立表

上布田保育園

新年度が始まって1ヵ月がたちました。新しい環境に戸惑う姿もありましたが、食事の時間は楽しそうに笑顔で食べていることが多かったです◎

幼児さんのおあじみ当番も、スタートしました！ちゃんと時間に間に合うように年長さんがお当番さんに声をかけていたり、ゆっくりお味見している3歳さんを待ってあげている姿が頼もしいです。



今月は春の食べもののアスパラガス、新じゃが、春キャベツ等を使います。食事から春を楽しみましょう。



市場の状況により、清見柑やりんごの代わりにネーブル、ぶどうに変更するかもしれません。



今月の平均給与量

	乳児	幼児
エネルギー	491kcal	552kcal
たんぱく質	17,4g	20,9g
脂質	16,8g	18,2g

曜日	乳児朝のおやつ	昼食	おやつ	熱・力となる食品	血・骨・肉となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ
1 22 木	おせんべい 麦茶	菜飯ごはん みそ汁（じゃが芋、わかめ） 鶏のみそ味唐揚げ 春キャベツと胡瓜の塩もみ 清見柑	チーズむしパン 牛乳	米 じゃが芋 小麦粉	鶏肉 牛乳 チーズ	菜飯ふりかけ わかめ キャベツ きゅうり 清見柑	ふかしいも 麦茶
2 金	ビスケット 麦茶	食パン 春野菜のスープ（鶏、キャベツ、玉葱、かぶ、人参） タンドリーチキン ポテトサラダ バナナ	こいのぼりクッキー 牛乳	食パン カレー粉 マヨドレ じゃが芋 バター 小麦粉 ココア	鶏肉 ヨーグルト 牛乳	キャベツ 玉ねぎ かぶ 人参 にんにく きゅうり バナナ	黒糖パン 麦茶
7 21 水	クラッカー 麦茶	こぎつねうどん（油揚げ、人参、ねぎ、ほうれん草） 豚肉とごぼうの炒め煮 バナナ	ホットケーキ 牛乳	うどん こんにゃく バター 小麦粉 メープルシロップ	油揚げ 豚肉 牛乳	葱 ほうれん草 人参 ごぼう エリンギ ピーマン 生姜 バナナ	ゼリー・菓子 麦茶
8 29 木	おせんべい 麦茶	ドライカレー 青梗菜と鶏のスープ ちりじゃこサラダ（しらす、キャベツ、胡瓜、人参、みかん缶） ヨーグルト	わかめパスタ 牛乳	米 カレー粉 バター 小麦粉 マカロニ	豚ひき 鶏肉 しらす ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 生姜 レーズン パセリ 青梗菜 しめじ キャベツ 胡瓜 みかん缶 わかめ	菓子盛り合わせ 麦茶
9 23 金	ビスケット 麦茶	食パン ミネストロネスープ 鮭のチーズ焼き シルバーサラダ バナナ	いなりおにぎり 麦茶	食パン じゃが芋 マカロニ 春雨 マヨドレ 米	ベーコン 鮭 チーズ ハム 油揚げ	玉ねぎ 人参 いんげん トマト 胡瓜 アスパラガス バナナ	ラスク 麦茶
10 24 土	クラッカー 麦茶	スパゲティナポリタン キャベツと人参のスープ かぼちゃのサラダ（南瓜、人参、胡瓜、ハム） くだもの	こしあんぱん 牛乳	スパゲティ ケチャップ マヨドレ こしあんぱん	ベーコン ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ かぼちゃ きゅうり くだもの	
12 26 月	クラッカー 麦茶	十六穀米ごはん なめこ汁（豆腐、なめこ、みつば） さわらのねぎみそ焼き 野菜ののり和え 清見柑	チーズブレッド 牛乳	十六穀米 マヨドレ パン バター コーンスターチ	豆腐 さわら 牛乳 クリームチーズ	なめこ 玉ねぎ ねぎ ほうれん草 人参 キャベツ えのき 海苔 清見柑	ゼリー・果物 麦茶
13 27 火	おせんべい 麦茶	ごはん わかたけ汁（わかめ、たけのこ） 炒り豆腐 せいだのたまじ（じゃが芋のみそ炒め） りんご	じゃこチップ 牛乳	米 じゃが芋 マヨドレ ぎょうざの皮	木綿豆腐 鶏ひき しらす 牛乳	たけのこ わかめ 人参 ねぎ 椎茸 絹さや りんご（1歳いちご） 青のり	スティックパン 麦茶
14 28 水	ビスケット 麦茶	あんかけ焼きそば ワンタンスープ 切り干し大根の中華和え バナナ	フルーツヨーグルト おせんべい 麦茶	中華麺 ワンタン おせんべい	豚肉 鶏ひき ツナ缶 ヨーグルト	キャベツ 人参 もやし しめじ 玉ねぎ 青梗菜 切り干し大根 ほうれん草 バナナ フルーツ缶	鮭茶漬け 麦茶
15 木	おせんべい 麦茶	しょうがごはん すまし汁（花麩、玉ねぎ、小松菜） ヤンニョムチキン わかめとコーンのサラダ りんご	バナナケーキ 牛乳	米 ごま油 小麦粉 バター	油揚げ 花麩 鶏肉 卵 牛乳 キャベツ 胡瓜 コーン缶 りんご（1歳いちご） バナナ	生姜 小松菜 玉ねぎ にんにく わかめ 菓子盛り合わせ 麦茶	
16 30 金	ビスケット 麦茶	丸パン もやしのカレースープ キャベツハンバーグ アスパラベーコンソテー バナナ	サラダずし 麦茶	丸パン カレー粉 パン粉 米	鶏肉 豚ひき 木綿豆腐 ベーコン ツナ缶	もやし 玉ねぎ セロリ キャベツ 人参 アスパラガス コーン缶 バナナ 胡瓜	ゼリー・菓子 麦茶
17 31 土	クラッカー 麦茶	みそ煮込みうどん（豚肉、大根、人参、ねぎ、白菜） じゃが芋と人参のきんぴら くだもの	ホイップクリームパン 牛乳	うどん じゃが芋 ホイップクリームパン	豚肉 牛乳	人参 大根 ねぎ 白菜 生姜 くだもの	
19 月	おせんべい 麦茶	ごはん 沢煮椀（鶏肉、大根、人参、ごぼう、椎茸） めだいの磯辺焼き ひじきの煮もの りんご	オレンジフレンチトースト 牛乳	米 しらたき 食パン オレンジジュース	鶏肉 めだい 油揚げ 牛乳	大根 人参 ごぼう しいたけ 万能ねぎ 青のり ひじき りんご（1歳いちご）	デニッシュ 麦茶
20 火	ビスケット 麦茶	かしわ丼 みそ汁（キャベツ、厚揚げ） 小松菜ワンタンサラダ ネーブル	シュガードーナツ 牛乳	米 ワンタン 小麦粉 バター 粉糖	鶏肉 厚揚げ 豆腐 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ みつば キャベツ 小松菜 もやし 清見柑	クロワッサン 麦茶

\*2日（金）こどもの日・・・おやつにこいのぼりクッキーを作ります！

\*15日（木）誕生会・・・みんなの好きなしょうがごはん、ヤンニョムチキン、バナナケーキでお祝いします。

\*17日（土）ふれあい遠足・・・お天気に恵まれますように・・・



\*食べたことのない食材がある場合は、家庭で複数回食べるようにしてください。

\*都合により内容が変更になる場合があります。





