



令和7年

～給食献立表～

※主食は未満児(ひよこ、りす、うさぎ)クラスのみ提供になります。

※幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは家庭から主食を持参しますので、栄養量には含まれておりません。

献立は都合により変更になることがあります。

※5月30日(金)は誕生会です。幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは、自宅からの白米の持ち込みはいいません。

三歳未満児 三歳以上児

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	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分
1	木	鶏肉のさっぱり煮 胡瓜と大根の梅風味サラダ みそ汁(小切り麩、人参、玉ねぎ、葱) オレンジ	牛乳 ポテトピザ	・鶏もも・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ ・プロセスチーズ	・三温糖 ・和風ドレッシング ・マヨドレ・小切り麩 ・精白米 ・じゃがいも	・たまねぎ・しょうが・きゅうり ・だいこん ・梅干し調味漬・にんじん・長ねぎ ・オレンジ ・コーン缶詰粒・トマトケチャップ	391kcal 16.7g	14.9g 1.7g	344kcal 16.8g	18.3g 2.2g
2	金	野菜かき揚げ 小松菜ツナマヨドレ和え 油揚げ甘煮 みそ汁(刻み麩、もやし、人参、ねぎ) バナナ	牛乳 こいのぼりサンド	・まぐろ油漬缶詰・油揚げ ・煮干し ・甘みそ・普通牛乳	・さつまいも・天ぷら粉 ・なたね油 ・三温糖・片栗粉・マヨドレ ・刻み麩 ・精白米・食パン	・にんじん・たまねぎ・こまつな ・だいずもやし ・長ねぎ・バナナ・いちごジャム	470kcal 15.7g	17.3g 1.4g	442kcal 15.6g	21.3g 1.7g
3	土	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
4	日	休園日								
5	月	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
6	火	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
7	水	ハンバーグ マーマレードソース ブロッコリーコーンマヨ みそ汁(キャベツ、人参、玉ねぎ、葱) オレンジ	牛乳 アメリカンドック	・ぶたひき肉・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳・豆乳 ・魚肉ソーセージ	・パン粉・マヨドレ・精白米 ・ホットケーキミックス ・なたね油	・たまねぎ・マーマレード・オレンジ ・ブロッコリー ・コーン缶詰粒・キャベツ・にんじん ・長ねぎ ・トマトケチャップ	454kcal 19.5g	20.6g 1.3g	422kcal 20.3g	25.4g 1.7g
8	木	油淋鶏 三色ナムル みそ汁(玉ねぎ、油揚げ、人参、葱) バナナ	きつねうどん	・若鶏もも・油揚げ ・煮干し ・甘みそ	・薄力粉・大豆油・三温糖 ・ごま油 ・ごま・精白米・うどん	・しょうが・長ねぎ・ほうれんそう ・にんじん ・だいずもやし・たまねぎ・にんじん ・バナナ	442kcal 15.5g	13.4g 2.4g	408kcal 15.3g	16.3g 3.1g
9	金	鮭のキャロットソース焼き 春キャベツとささみサラダ(青じそ) すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	お茶 しそひじきおにぎり	・さけ・若鶏ささ身 ・煮干し	・マヨドレ ・和風ドレッシング ・花麩・精白米 ・三温糖	・にんじん・キャベツ・コーン缶詰粒 ・えのきたけ ・長ねぎ・オレンジ・乾ひじき ・梅干し	394kcal 19.8g	6.4g 1.3g	492kcal 24.8g	8.0g 1.6g
10	土	※保育参観日※		・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
11	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
12	月	とんかつ キャベツツナコーンサラダ みそ汁(若布、豆腐、葱、人参) バナナ	牛乳 きなこマカロニ	・ぶたロース ・まぐろ水煮缶詰 ・木綿豆腐・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳・きな粉	・マヨドレ・パン粉・薄力粉 ・なたね油 ・精白米 ・マカロニ ・三温糖	・キャベツ・コーン缶詰粒・長ねぎ ・塩わかめ ・にんじん・バナナ	515kcal 20.0g	22.4g 0.8g	498kcal 20.9g	27.6g 1.0g
13	火	うめ納豆 チャブチェ やみつき胡瓜 みそ汁(高野豆腐、もやし、人参、葱) オレンジ	三陸わかめラーメン	・納豆・ぶたひき肉 ・凍り豆腐 ・煮干し・甘みそ ・蒸しわかめ	・三温糖 ・和風ドレッシング ・緑豆はるさめ・なたね油 ・ごま油 ・精白米・中華めん	・はくさい・ほうれんそう・長ねぎ ・うめ塩漬 ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ・ぶなしめじ ・しょうが・にんにく・きゅうり	441kcal 20.3g	8.5g 3.0g	406kcal 21.3g	10.3g 3.7g
14	水	豚肉生姜焼き ほうれん草と人参の白和え すまし汁(五色麩、人参、えのき、葱) バナナ	牛乳 蒸しパン	・ぶたもも・ぶたばら ・木綿豆腐 ・煮干し・普通牛乳・豆乳	・なたね油・三温糖・五色麩 ・精白米 ・ホットケーキミックス	・たまねぎ・青ピーマン・しょうが ・ほうれんそう ・にんじん・えのきたけ・長ねぎ ・バナナ	471kcal 17.9g	17.4g 1.5g	443kcal 18.3g	21.4g 1.8g
15	木	鰯の西京焼き 切干大根煮 みそ汁(じゃが芋、人参、玉ねぎ、葱) オレンジ	お茶 わかめおにぎり	・さわら・甘みそ・生揚げ ・煮干し	・しらたき・なたね油 ・じゃがいも ・精白米・いりごま	・しょうが・切干しいりご ・にんじん ・たまねぎ・長ねぎ・オレンジ ・塩わかめ	372kcal 15.4g	7.0g 0.9g	321kcal 15.2g	8.4g 1.1g
16	金	キッズヤンニウムチキン シルバーサラダ みそ汁(あおさ、人参、葱) バナナ	フルーツヨーグルト	・若鶏もも・ロースハム ・生クリーム ・煮干し・甘みそ ・プレーンヨーグルト	・薄力粉・片栗粉・三温糖 ・なたね油 ・ごま・緑豆はるさめ ・マヨドレ ・精白米	・トマトケチャップ・にんじん ・きゅうり ・キャベツ・あおさ・長ねぎ・バナナ ・みかん缶詰 ・パイナップル缶詰	409kcal 12.6g	13.7g 1.1g	367kcal 11.6g	16.8g 1.4g

日	曜	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	エネルギーたんぱく質	脂肪塩分	エネルギーたんぱく質	脂肪塩分
17	土	鮭のねぎみそ焼き 刻み昆布のにつけ トマト すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) バナナ	すいとん	・さけ・甘みそ・油揚げ ・煮干し ・若鶏もも	・しらたき・なたね油 ・花麩 ・精白米・薄力粉・片栗粉	・しょうが・長ねぎ・刻み昆布 ・にんじん ・ごぼう・トマト・えのきたけ ・バナナ ・だいこん・ぶなしめじ	401kcal 19.3g	6.0g 2.3g	356kcal 20.0g	7.1g 2.9g
18	日	休園日								
19	月	カレーライス ちくわと胡瓜コーンマヨ ブロッコリー(青じそ) みそ汁(大根、人参、葱) オレンジ	牛乳 クラッカーサンド	・ぶたもも(皮脂無) ・焼き竹輪 ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・クリームチーズ	・じゃがいも・なたね油 ・マヨドレ ・和風ドレッシング ・精白米 ・スナッククラッカー・三温糖	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン缶詰粒 ・ブロッコリー・だいこん・にんじん ・長ねぎ ・オレンジ・いちごジャム	457kcal 16.5g	19.8g 1.7g	426kcal 16.6g	24.3g 2.1g
20	火	たらの竜田揚げ 春キャベツの煮浸し トマト すまし汁(花麩、人参、豆腐、葱) バナナ	そうめん	・すけとうだら・油揚げ ・絹ごし豆腐 ・煮干し・蒸しかまぼこ	・片栗粉・なたね油・三温糖 ・花麩 ・精白米・そうめん	・しょうが・キャベツ・にんじん ・トマト ・長ねぎ・バナナ・ほうれんそう	460kcal 15.5g	6.9g 3.7g	430kcal 15.4g	8.2g 4.6g
21	水	生揚げひき肉炒め ささみともやし中華和え みそ汁(若布、油揚げ、玉ねぎ、葱) オレンジ	お茶 おいなりさん	・ぶたひき肉・生揚げ ・若鶏ささ身 ・油揚げ・煮干し・甘みそ	・片栗粉・三温糖 ・ごま油 ・精白米・いりごま	・こねぎ・りよくとうもやし ・きゅうり ・たまねぎ・長ねぎ・塩わかめ ・オレンジ	414kcal 18.1g	12.5g 1.1g	373kcal 18.6g	15.2g 1.4g
22	木	鶏肉と大根煮 ごぼうの甘辛 みそ汁(キャベツ、人参、玉ねぎ、葱) バナナ	牛乳 ちんすこう	・若鶏もも・煮干し ・甘みそ ・普通牛乳	・つきこんにやく・なたね油 ・片栗粉 ・ごま・大豆油・三温糖 ・精白米 ・薄力粉	・だいこん・にんじん・生しいたけ ・ごぼう ・キャベツ・たまねぎ・長ねぎ ・バナナ	475kcal 13.4g	16.5g 1.5g	449kcal 12.7g	20.3g 1.9g
23	金	すき焼き風煮 梅香る鯖焼き にんじん糸こん炒め オレンジ	お茶 うすやき	・ぶたもも・木綿豆腐 ・さば ・でんぶ	・しらたき・板ふ・三温糖 ・なたね油 ・こんにやく・いりごま ・精白米 ・薄力粉・マヨネーズ	・はくさい・にんじん・長ねぎ ・えのきたけ ・うめ・オレンジ・焼きのり	421kcal 18.6g	15.4g 1.7g	381kcal 19.1g	18.8g 2.2g
24	土	チンジャオロース風 大根と胡瓜ツナマヨ和え すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) バナナ	お茶 ゆかりおにぎり	・ぶたもも(赤肉) ・まぐろ油漬缶詰 ・煮干し	・三温糖・片栗粉・ごま油 ・マヨドレ ・花麩・精白米 ・いりごま	・にんじん・青ピーマン ・りよくとうもやし ・しょうが・だいこん・きゅうり ・えのきたけ ・長ねぎ・バナナ・梅干し	380kcal 12.6g	6.1g 0.8g	330kcal 11.6g	7.3g 1.0g
25	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
26	月	麻婆豆腐 鶏ハム 胡瓜塩昆布和え あおさ中華スープ オレンジ	牛乳 あんバターサンド	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・甘みそ ・鶏むね・普通牛乳 ・こしあん	・片栗粉・ごま油・三温糖 ・ごま ・精白米・食パン ・有塩マーガリン	・にんじん・長ねぎ・乾しいたけ ・たけのこ水煮缶詰 ・しょうが・にんにく・きゅうり ・塩昆布 ・あおさ・オレンジ	395kcal 18.3g	15.0g 1.2g	349kcal 18.8g	18.3g 1.5g
27	火	鶏の唐揚げ かにかまコールスローサラダ みそ汁(豆腐、なめこ、葱) バナナ	牛乳 焼きそば	・鶏もも・かにかまぼこ ・木綿豆腐 ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳 ・ぶたひき肉	・片栗粉・なたね油 ・マヨドレ ・精白米・中華めん	・しょうが・にんにく・キャベツ ・にんじん ・コーン缶詰粒・なめこ・長ねぎ ・バナナ ・だいずもやし・青ピーマン	516kcal 18.9g	23.2g 1.2g	500kcal 19.6g	28.6g 1.5g
28	水	焼肉炒め ジャーマンポテト みそ汁(玉ねぎ、葱、わかめ、えのき) オレンジ	牛乳 フランクフルト	・ぶたもも・ぶたばら ・ウインナーソーセージ ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳	・なたね油・三温糖 ・じゃがいも ・精白米	・エリンギ・青ピーマン・黄ピーマン ・たまねぎ ・カットわかめ・えのきたけ・長ねぎ ・オレンジ ・トマトケチャップ	433kcal 17.8g	23.2g 1.8g	396kcal 18.2g	28.6g 2.3g
29	木	肉団子の甘酢あんかけ 大根とかまぼこの酢の物 みそ汁(もやし、人参、ねぎ) バナナ	ソファール元氣 ウエハース	・おから・ぶたひき肉 ・蒸しかまぼこ ・煮干し・甘みそ ・ヨーグルト	・大豆油・片栗粉・三温糖 ・ごま ・精白米・ウエハース	・たまねぎ・にんじん・しょうが ・だいこん ・だいずもやし・長ねぎ・バナナ	411kcal 15.0g	13.4g 1.0g	369kcal 14.7g	16.3g 1.2g
30	金	※お誕生日会※ お楽しみメニュー								
31	土	ポークケチャップ マカロニサラダ ブロッコリー(青じそ) すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	牛乳 ホットケーキ	・ぶたもも・ぶたばら ・ロースハム ・生クリーム・煮干し ・普通牛乳 ・鶏卵・豆乳	・三温糖 ・マカロニ ・マヨドレ ・和風ドレッシング ・花麩・精白米	・たまねぎ・トマトケチャップ ・にんじん ・きゅうり・ブロッコリー ・えのきたけ ・長ねぎ・オレンジ	540kcal 20.6g	17.0g 1.8g	530kcal 21.6g	20.9g 2.3g

～5月5日は子どもの日、端午の節句です～

子どもたちの幸せを願い、健やかな成長を祝う日です。

この日はちまきや柏もちを食べたり、こいのぼりを飾る風習があります。

柏は新芽が出るまで葉が落ちないことから、子孫繁栄の願いが込められています。

鯉のぼりは、どんな環境でも立派に成長するように、と願いを込めて

飾るようになったそうです。



当日は給食がでない日ですので、2日(金)にこいのぼりに見立てたジャムサンドを提供いたします!