

5月 予定献立表

令和6年5月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)
1(水)	おかし 牛乳	胚芽ロール 鶏のパン粉焼き 春雨サラダ ほうれん草のスープ オレンジ	きつねうどん 牛乳	鶏もも、にんにく、パン粉、パセリ、オリーブオイル、粉チーズ、春雨、黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、酢、三温糖 ねぎ、大根、しめじ、ほうれん、だしかつお、だし昆布、塩、こしょう、人参、油揚げ、小松菜	幼 539 乳 491	26.5 23.5
2(木)	おかし 牛乳	ちまき風ご飯 鮭の磯辺揚げ いちご かぶとコーンのサラダ 春キャベツの味噌汁	栞餅 乳児、ゆかりおにぎり 牛乳	鮭、スナップエンドウ、青のり、生姜、小麦粉、ケチャップ、キャベツ、玉ねぎ、しめじ、油揚げ、煮干しだし、だし昆布、味噌 かぶ、コーン、きゅうり、ブロッコリー、人参、油、塩、酢、三温糖、上新粉、白玉粉、こしあん、砂糖、干椎茸、竹の子、鶏もも	幼 585 乳 567	27.3 24.9
3(金)	憲法記念日					
4(土)	みどりの日					
6(月)	こどもの日					
7(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば 春野菜の胡麻味噌和え ワタンスープ オレンジ	ツナおにぎり 牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、だしかつお、だし昆布、ツナ 菜の花、竹の子、じゃが芋、黄パプリカ、すりごま、いりごま、味噌、三温糖、油、ねぎ、鶏ひき、ワタンの皮、葉ねぎ、干し椎茸	幼 588 乳 529	25.6 22.5
8(水)	おかし 牛乳	ゆかりご飯 カレイの煮つけ パナナ ひじきのマヨサラダ かぼちゃの味噌汁	ココア蒸しパン 牛乳	カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、ひじき、人参、大根、きゅうり、コーン、ささ身、マヨネーズ、すりごま かぼちゃ、人参、ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 560 乳 510	24.8 22.1
9(木)	果物 牛乳	かぼちゃロール ハンバーグ ツナサラダ 春雨スープ いちご	焼うどん 牛乳	豚ひき、玉ねぎ、人参、ピーマン、ゼラチン、パン粉、豆乳、塩、こしょう、ケチャップ、ソース、三温糖、ごま油、もやし、豚肩ロース ツナ、キャベツ、もやし、きゅうり、醤油、酢、オリーブオイル、春雨、ねぎ、えのき、ほうれん草、鶏肉、だしかつお、だし昆布、かつお節	幼 568 乳 512	28.0 25.1
10(金)	おかし 牛乳	チキンカレー ブロッコリーのしらす和え わかめスープ オレンジ	シュガートースト 牛乳	鶏もも、にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、カットマト、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、塩、ごま油、ねぎ、わかめ、キャベツ、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 543 乳 479	22.5 19.7
11(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 パナナ 塩キャベツサラダ えのきのスープ	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 キャベツ、きゅうり、いりごま、酢、えのき、かぶ、玉ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 599 乳 532	25.7 22.6
13(月)	おかし 牛乳	ごま塩ご飯 新ごぼうと豚肉の煮物 パナナ アスパラのマヨサラダ 油揚げの味噌汁	ジャムサンド 牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、白滝、生グリーンピース、生姜、油、だしかつお、だし昆布、醤油、酒、三温糖 アスパラガス、コーン、きゅうり、大根、マヨネーズ、かつお節、ねぎ、葉ねぎ、キャベツ、油揚げ、味噌、いちごシヤム	幼 589 乳 524	25.4 22.4
14(火)	果物 牛乳	醤油ラーメン 鶏と大根の煮物 酢の物 オレンジ	カレーピラフ 牛乳	豚ばら、ねぎ、干し椎茸、白菜、もやし、にんにく、生姜、ニラ、だし煮干し、だしかつお、だし昆布、だしかつお、醤油、塩 大根、鶏もも、いんげん、三温糖、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、わかめ、酢、玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき	幼 603 乳 534	27.6 23.4
15(水)	おかし 牛乳	ハヤシライス じゃこサラダ ポトフ いちご	バナナケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、醤油、塩、三温糖、パナナ じゃこ、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、酢、鶏肉、しめじ、ねぎ、じゃが芋、ほうれん草、だしかつお、だし昆布、豆乳、BP、砂糖	幼 582 乳 514	25.0 22.1
16(木)	果物 牛乳	レーズンロール タンドリーチキン パナナ コールスローサラダ トマトと大根のスープ	竹の子おかかおにぎり 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、にんにく、生姜、ケチャップ、三温糖、塩、醤油、カレー粉 キャベツ、きゅうり、コーン、オリーブオイル、酢、ねぎ、人参、トマト、大根、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布、塩	幼 524 乳 481	22.7 20.9
17(金)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の西京焼き オレンジ 切干大根の煮物 豚汁	ジャージャー麺 牛乳	鮭、生姜、味噌、三温糖、みりん、ねぎ、里芋、ごぼう、葉ねぎ、舞茸、大根、豚ばら、木綿、味噌、油 切干大根、人参、白滝、えのき、油揚げ、いんげん、だしかつお、だし昆布、醤油、玉ねぎ、竹の子、豚ひき	幼 559 乳 498	29.2 25.2
18(土)	おかし 牛乳	チャーハン キャベツと鶏の味噌炒め 小松菜のスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、コーン、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、ねぎ、かぶ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩 玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、鶏もも、にんにく、生姜、味噌、酒、三温糖、みりん、片栗粉	幼 599 乳 533	23.9 21.3
20(月)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の照り焼き パナナ ほうれん草の胡麻和え 厚揚げの味噌汁	焼きそば 牛乳	鶏もも、生姜、みりん、ねぎ、厚揚げ、えのき、葉ねぎ、じゃが芋、だしかつお、だし昆布、味噌 ほうれん草、人参、きゅうり、もやし、ごま、すりごり、三温糖、醤油、キャベツ、もやし、豚肉	幼 522 乳 477	27.1 24.2
21(火)	果物 牛乳	ミートソーススパゲティ ささ身のサラダ コーンスープ オレンジ	昆布おにぎり 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、豚ひき、カットマト、トマトピューレ、にんにく、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、昆布佃煮 鶏ささ身、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、ごま、すりごま、三温糖、酢、ごま油、ねぎ、人参、大根、えのき、コーン、ほうれん草	幼 605 乳 542	25.0 22.1
22(水)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 ひじきのサラダ かぶのスープ いちご	ツナマヨサンド 牛乳	玉ねぎ、人参、にら、生姜、にんにく、豚ひき、木綿、ごま油、醤油、味噌、三温糖、塩、片栗粉、マヨドレ、ツナ ひじき、きゅうり、黄パプリカ、キャベツ、酢かぶ、ねぎ、えのき、小松菜、鶏肉、だしかつお、だし昆布、油	幼 599 乳 526	26.8 23.4
23(木)	果物 牛乳	バターロール バジルチキン メロン フレンチサラダ ミネストローネ	鮭ピラフ 牛乳	鶏もも、生姜、バジル粉、オリーブオイル、胡椒、レモン汁、キャベツ、きゅうり、コーン、三温糖、酢、オリーブオイル、鮭、小松菜 玉ねぎ、人参、カットマト、じゃが芋、大根、しめじ、葉ねぎ、にんにく、豚肉、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、ケチャップ、バター	幼 552 乳 495	25.9 23.0
24(金)	おかし 牛乳	いなりご飯 鰯のあんかけ オレンジ おかか和え 菜の花の味噌汁	野菜蒸しパン 牛乳	鰯、玉ねぎ、人参、えのき、竹の子、アスパラガス、醤油、塩、ごま油、片栗粉、豆乳、砂糖 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、かつお節、菜の花、椎茸、だしかつお、だし昆布、味噌、かぼちゃ、小麦粉、BP	幼 548 乳 490	25.8 22.8
25(土)	おかし 牛乳	鶏肉丼 甘酢和え チンゲンサイのスープ パナナ	おかし 牛乳	鶏もも、椎茸、玉ねぎ、葉ねぎ、きざみ海苔、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、塩 大根、人参、きゅうり、黄パプリカ、酢、ねぎ、キャベツ、えのき、チンゲンサイ	幼 587 乳 515	23.2 20.0
27(月)	おかし 牛乳	ご飯 アジの蒲焼き風 小松菜のお浸し 田舎風味味噌汁 パナナ	きな粉クリームサンド 牛乳	鱈、片栗粉、三温糖、じゃが芋、人参、ねぎ、しめじ、豚肉、葉ねぎ、味噌、油、マーガリン、砂糖、きな粉 小松菜、きゅうり、えのき、しらす、油揚げ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 573 乳 512	26.5 23.2
28(火)	果物 牛乳	カレーうどん かぼちゃのいとこ煮 昆布和え いちご	そばろおにぎり 牛乳	玉ねぎ、豚肉、油揚げ、小松菜、にんにく、生姜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、カレー粉、小麦粉、油 かぼちゃ、小豆、醤油、塩、キャベツ、人参、黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、塩昆布、ごま油、鶏ひき	幼 527 乳 483	22.0 19.9
29(水)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げの味噌煮 ブロッコリーサラダ 若竹汁 オレンジ	マカロニ洋風煮 牛乳	玉ねぎ、人参、椎茸、キャベツ、豚肩ロース、厚揚げ、にんにく、生姜、青梗菜、油、味噌、醤油、三温糖、ピーマン、豚ひき ブロッコリー、きゅうり、コーン、酢、オリーブオイル、わかめ、竹の子、ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 519 乳 478	23.7 21.5
30(木)	果物 牛乳	さつま芋パン 鮭のクリームソース パナナ しょうゆフレンチ スナップエンドウのスープ	中華おこわ 牛乳	鮭、玉ねぎ、人参、生姜、にんにく、牛乳、パセリ、小麦粉、油、塩、胡椒、竹の子、干し椎茸、豚肉 キャベツ、きゅうり、コーン、醤油、酢、油ねぎ、舞茸、大根、スナップエンドウ、だしかつお、だし昆布	幼 579 乳 516	27.5 24.4
31(金)	おかし 牛乳	春色ご飯 ポテトのミート焼き 新玉ねぎのツナ和え 麩のスープ メロン	バナナのパイ 牛乳	じゃが芋、玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットマト、トマトピューレ、にんにく、チーズ、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、醤油、豆乳 キャベツ、きゅうり、ツナ、酢、オリーブオイル、花麩、ねぎ、大根、えのき、スナップエンドウ、だしかつお、だし昆布、バナナ、ココア、パイシート、砂糖	幼 568 乳 527	21.0 19.4

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	579	24.6	平均値	幼	567	25.3
	乳児	473	20.1		乳	511	22.5