

令和6年 5月

幼児予定献立表

西町星の子保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 水	バリバリ春巻き丼 豆腐と小松菜のスープ フルーツ豆乳かん	七分米/緑豆はるさめ/ごま油/砂糖/ワンタンの皮/サラダ油/小麦粉/食塩不使用/バター	豚ひき肉/木綿豆腐/調整豆乳/スキムミルク/牛乳	白ねぎ/ピーマン/赤ピーマン/にんじん/えのきたけ/にんにく/スイートコーン(お餅、冷凍)/小松菜/みかん缶詰	牛乳 ココアスコーン
2 木	ハヤシライス 小松菜とコーンのサラダ オレンジ	七分米/サラダ油/砂糖	豚大もも(脂身付、生)/スキムミルク/普通牛乳/粉寒天	玉葱/にんじん/トマト缶ホール/グリーンピース/小松菜/スイートコーン(お餅、冷凍)/パレソアレンジ/りんご(濃縮還元ジュース)	牛乳 りんごゼリー
7 火	麦ご飯 星の子元気ふりかけ 焼きししゃも 五目豆 味噌汁(大根・油揚げ)	七分米/押麦/ごま/ごま油/サラダ油/じゃがいも/砂糖/さつまいも/水あめ	干ひじき/しらす干し/ししゃも/大豆/まこんぶ/油揚げ/乾燥わかめ/味噌/牛乳	小松菜/にんじん/いんげん/大根	牛乳 大学芋
8 水	麦ご飯 ジャガイモのひき肉炒め 小松菜のマヨ和え 味噌汁(えのき・わかめ)	七分米/押麦/じゃがいも/サラダ油/砂糖/片栗粉/マヨネーズ/ホットケーキミックス/さつまいも	生揚げ/豚ひき肉/味噌/乾燥わかめ/牛乳/スキムミルク	赤ピーマン/キャベツ/しょうが/グリーンピース/小松菜/にんじん/えのきたけ/玉葱	牛乳 さつまいも味噌蒸しパン 中華きゅうり 中華スープ
9 木	豆まめカレーライス マカロニサラダ バナナヨーグルト	七分米/押麦/サラダ油/マカロニ(乾)/マヨネーズ/砂糖	豚ひき肉/大豆/木綿豆腐/ツナ缶/プレーンヨーグルト/普通牛乳/粉寒天	にんにく/玉葱/にんじん/トマト缶ホール/きゅうり/レモン汁/バナナ/パレソアレンジ(ストレージューズ)	牛乳 オレンジゼリー
10 金	麦ご飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 ピーマンのきんぴら 味噌汁(かぼちゃ・玉葱)	七分米/押麦/じゃがいも/砂糖/大豆油/ごま/片栗粉	高野豆腐/鶏むね(皮付、生)/焼き竹輪/味噌/牛乳/牛乳/調整豆乳/きな粉	にんじん/グリーンピース/ピーマン/かぼちゃ/玉葱	牛乳 ココアくずもち
11 土	豚丼 味噌汁(切麩・わかめ) オレンジ	七分米/サラダ油/しらたき/砂糖/切麩	豚大もも(脂身付、生)/乾燥わかめ/味噌/牛乳	にんにく/玉葱/いんげん/パレソアレンジ	牛乳 お菓子
13 月	具沢山マーボー豆腐丼 中華ピクルス 春雨スープ	七分米/押麦/砂糖/片栗粉/ごま油/緑豆はるさめ/じゃがいも/マヨネーズ	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌/牛乳/あおのり(素干し)/プロセスチーズ	しょうが/にんにく/白ねぎ/にんじん/えのきたけ/にら/きゅうり/大根/もやし	牛乳 ポテトのチーズ焼き
14 火	麦ご飯 レバーのかりん揚げ キャベツの味噌和え 中華風クリームスープ	七分米/押麦/片栗粉/サラダ油/砂糖/ごま/マヨネーズ/強力粉(1等)/食塩不使用/バター	豚レバー(生)/焼き竹輪/味噌/牛乳	しょうが/にんにく/キャベツ/いんげん/クリームコーン缶/玉葱/小松菜/レーズン	牛乳 レーズンパン
15 水	麦ご飯 鮭のムニエルパゴットソース キャベツとコーンのサラダ チンゲンサイのスープ	七分米/押麦/小麦粉/オリブ油/サラダ油/ごま油/砂糖	銀鱈/乾燥わかめ/牛乳/調整豆乳/クリーム(乳脂肪)/スキムミルク	玉葱/きゅうり/にんじん/キャベツ/スイートコーン缶/かぼちゃ/レーズン/パセリ(葉、生)/チンゲンサイ/白ねぎ	牛乳 ココアプリン
16 木	にんじんピラフ 鶏の唐揚げ 豆腐と野菜のスープ グレープフルーツ	七分米/有塩バター/片栗粉/小麦粉/サラダ油/ホットケーキミックス/食塩不使用/バター/砂糖	鶏むね(皮付、生)/木綿豆腐/牛乳/スキムミルク/牛乳/調整豆乳/クリーム(乳脂肪)/プレーンヨーグルト	にんじん/スイートコーン缶/しょうが/にんにく/小松菜/グレープフルーツ/白肉種/卵黄/バナナ/レモン汁	牛乳 誕生日ケーキ
17 金	麦ご飯 塩麩の和風ミートロフ かぼちゃのサラダ 味噌汁(キャベツ・厚揚げ)	七分米/押麦/パン粉/砂糖/マヨネーズ	豚ひき肉/木綿豆腐/干ひじき/スキムミルク/生揚げ/味噌/牛乳/きな粉	玉葱/にんじん/スイートコーン缶/グリーンピース/かぼちゃ/レーズン/ブロッコリー/キャベツ/バナナ	牛乳 安倍川バナナ
18 土	ハヤシライス バナナ	七分米/サラダ油	豚大もも(脂身付、生)/スキムミルク/牛乳	玉葱/にんじん/グリーンピース/バナナ	牛乳 お菓子

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
20 月	ミートソースパゲティ フレンチサラダ 豆乳コンソープ ブルー	スパゲティ(乾)/サラダ油/小麦粉/砂糖/七分米/ごま油/ごま	豚ひき肉/パルメザンチーズ/スキムミルク/調整豆乳/花鰹/プロセスチーズ	にんにく/玉葱/にんじん/セロリ/ピーマン/トマト缶ホール/グリーンピース/キャベツ/もやし/きゅうり/小松菜/クリームコーン缶/ブルー(乾)	麦茶 おなかのおにぎり チーズ
21 火	麦ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 切干大根の甘酢和え 味噌汁(豆腐・わかめ)	七分米/押麦/ごま/砂糖/じゃがいも/小麦粉/サラダ油	鶏むね(皮付、生)/木綿豆腐/乾燥わかめ/米みそ(淡色辛みそ)/煮干し/牛乳/スキムミルク/味噌	りんご/マレード(高糖度)/にんにく/しょうが/切干大根/にんじん/もやし/きゅうり/白ねぎ	牛乳 みそポテト
22 水	麦ご飯 カレー肉じゃが カムカムサラダ ずまし汁(小松菜・大根) オレンジ	七分米/押麦/サラダ油/じゃがいも/砂糖/片栗粉/ごま油/食パン/マヨネーズ/ごま(乾)	豚大もも(脂身付、生)/するめ/牛乳/しらす干し/あおのり(素干し)	にんじん/玉葱/グリーンピース/切干大根/もやし/小松菜/大根/パレソアレンジ	牛乳 カルシウムラスク
23 木	麦ご飯 切干大根の青椒肉絲 中華きゅうり 中華スープ	七分米/押麦/ごま油/片栗粉/砂糖/ごま/ホットケーキミックス/サラダ油	豚大もも(脂身付、生)/木綿豆腐/牛乳/絹ごし豆腐/豆乳/スキムミルク	切干大根/しょうが/ピーマン/赤ピーマン/エリンギ(生)/きゅうり/小松菜/にんじん	牛乳 ココアドーナツ
24 金	麦ご飯 鯖のごま味噌焼き 野菜の磯香和え 味噌汁(えのき・厚揚げ)	七分米/押麦/ごま/砂糖/マヨネーズ/ごま油/蒸し中華めん/サラダ油	さわら(生)/味噌/焼きのり/生揚げ/豚ひき肉/あおのり(素干し)/花鰹	キャベツ/小松菜/にんじん/えのきたけ/玉葱/ピーマン	麦茶 塩やきそば
25 土	マーボー豆腐丼 わかめスープ ブルー	七分米/砂糖/片栗粉/ごま油/ごま	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌/乾燥わかめ/牛乳	しょうが/にんにく/白ねぎ/にら/小松菜/ブルー(乾)	牛乳 お菓子
27 月	麦ご飯 高野豆腐の印籠煮 じゃこサラダ ずまし汁(わかめ・麩)	七分米/押麦/片栗粉/砂糖/ごま/切麩/じゃがいも/マヨネーズ	高野豆腐/豚ひき肉/木綿豆腐/しらす干し/乾燥わかめ/牛乳/スキムミルク/花鰹/あおのり(素干し)	しょうが/大根/にんじん/キャベツ/スイートコーン缶	牛乳 じゃがまるくん
28 火	麦ご飯 タンドリーチキン 三種の温野菜 コンソメスープ ブルー	七分米/押麦/じゃがいも/切麩/有塩バター/グラニュー糖	鶏むね(皮付、生)/プレーンヨーグルト/牛乳	にんにく/しょうが/ブロッコリー/にんじん/キャベツ/スイートコーン缶/ブルー(乾)	牛乳 ココアお麩ラスク
29 水	豆乳クリームうどん ごま和え バナナ	うどん(ゆで)/サラダ油/小麦粉/ごま(ねり)/砂糖/七分米	豚大もも(脂身付、生)/豆乳/味噌/クリーム(乳脂肪)/牛乳/ウインナー/プロセスチーズ/牛乳	ぶなしめじ/にんじん/白ねぎ/小松菜/キャベツ/もやし/バナナ/玉葱/トマト缶ホール	牛乳 トマトチーズリゾット
30 木	麦ご飯 肉味噌納豆 竹輪の磯辺揚げ けんちん汁	七分米/押麦/サラダ油/小麦粉/砂糖/有塩バター	挽きわり納豆/豚ひき肉/味噌/焼き竹輪/スキムミルク/あおのり(素干し)/生揚げ/牛乳/調整豆乳	にんじん/白ねぎ/大根/ごぼう/レモン(全果、生)/レーズン	牛乳 レモン甘食
31 金	麦ご飯 とりつくね焼き ポテトサラダ わかめスープ	七分米/押麦/片栗粉/サラダ油/砂糖/じゃがいも/マヨネーズ/ごま油/ごま/ぎょうざの皮	木綿豆腐/鶏ひき肉(生)/スキムミルク/乾燥わかめ/牛乳/ツナ缶	玉葱/にんじん/きゅうり/スイートコーン缶/白ねぎ/しょうが/赤ピーマン/ピーマン	牛乳 餃子ピザ

・補食のおにぎりは幼児80g、乳児60gです(塩昆布、ゆかり、わかめ、おなかのローテーションになります。)  
 ・乳児は午前のおやつに牛乳がです。  
 ・材料の仕入れの都合により、献立を変更することがあります。  
 ・土曜の午後おやつは、せんべい、ビスケット、クラッカーのいずれかを提供します。

今月の平均栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	塩分 (g)
乳児 (1.2歳)	463	20.5	14.3	322	1.5
幼児 (3.4.5歳)	520	21.2	16	245	1.6

～給食室だより～

**5月5日は“端午の節句”**

5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを毒へびになぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、悪病災難の憂いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにとといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないですね。