



5月給食献立表



令和7年度

認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児(1~2歳児)		
									午前おやつ	午後おやつ	
月	12 26	ごはん 豚のバター醤油炒め ジャーマンポテト キャベツと油揚げの味噌汁	① 506kcal ② 19.7g ③ 16.4g ④ 1.6g	米 バター じゃが芋	豚肉 油揚げ ベーコン 味噌 煮干し	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 長葱 小松菜	しょうゆ 塩 コンソメ 和風だし	麦茶 ★いももち	牛乳 クッキー	麦茶 ★いももち	
火	13 27	ロールパン チキンのトマト煮 マカロニサラダ コンソメスープ	① 515kcal ② 21.5g ③ 15.1g ④ 1.5g	ロールパン 油 三温糖 マヨネーズ マカロニ じゃが芋	鶏肉	玉葱 人参 トマト缶 コーン レタス きゅうり キャベツ ほうれん草	ケチャップ コンソメ 鶏ガラだし 塩 酢	麦茶 ★おにぎらず (ツナマヨ)	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★ツナマヨおにぎり	
水	14 28	わかめごはん 鮭の塩焼き 味噌ドレッシングサラダ けんちん汁	① 468kcal ② 20.8g ③ 13.0g ④ 1.6g	米 三温糖 油	わかめ 味噌 油揚げ 煮干し	キャベツ きゅうり トマト もやし 人参 長ねぎ 小松菜 ごぼう 大根	塩 酢 しょうゆ 和風だし	牛乳 おせんべい りんご 小魚	牛乳 ウエハース	牛乳 りんご おせんべい	
木	15 29	ツナの和風スパゲッティ チョップドサラダ バナナ	① 548kcal ② 26.5g ③ 15.1g ④ 1.6g	スパゲッティ 三温糖 じゃが芋 油 ごま	シーチキン ハム	人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ きゅうり トマト バナナ	しょうゆ 和風だし 酢 塩	スキムミルク チーズ ビスコ 小魚	牛乳 パイ	牛乳 チーズ ビスコ	
金	16 30	むぎごはん チキンカレー カミカミサラダ ウインナー	① 512kcal ② 19.5g ③ 16.8g ④ 2.2g	米 押し麦 油 じゃが芋 マヨネーズ	鶏肉 青のり ウインナー	玉葱 人参 ほうれん草 レタス ごぼう トマト コーン きゅうり オレンジ	カレールー ソース ケチャップ しょうゆ	麦茶 ★バナナ ケーキ	牛乳 クラッカー	麦茶 ★バナナ ケーキ	
土	17 31	魚フライ 野菜サラダ スープ	★お誕生日会メニュー(8日)★ ♪野菜たっぷり味噌ラーメン ♪バンバンジー風サラダ ♪オレンジ おやつ ♪麦茶 ★かしわ餅風蒸しパン							牛乳 パイ	麦茶 果物 おせんべい
金	2 19	中華丼 オーロラサラダ オレンジ	① 412kcal ② 14.6g ③ 9.5g ④ 0.9g	米 押し麦 じゃが芋 マヨネーズ	豚肉 かまぼこ	椎茸 人参 筍 白菜 レタス 小松菜 ブロッコリー トマト オレンジ	しょうゆ 酒 塩 中華だし ケチャップ	麦茶 ★マシュマロ トースト	牛乳 ビスケット	麦茶 ★マシュマロトースト	
火	20	ロールパン 鶏のマヨソースかけ チーズサラダ 鶏ガラスープ	① 513kcal ② 23.0g ③ 18.1g ④ 1.5g	ロールパン マヨネーズ 三温糖 油	鶏肉 チーズ	レタス 人参 きゅうり サニーレタス もやし えのき ほうれん草	レモン汁 酢 塩 鶏ガラだし	麦茶 ★おにぎらず (カレー そばろ)	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★カレーそばろおにぎり	
水	7 21	ごはん さばの味噌煮 五目きんぴら 豆腐とわかめの中華スープ	① 529kcal ② 25.4g ③ 11.7g ④ 2.4g	米 三温糖 油	さば 味噌 さつま揚げ 木綿豆腐 わかめ 煮干し	人参 ごぼう れんこん 切干し大根 長葱 キャベツ	酒 塩 しょうゆ 和風だし	スキムミルク バナナ パイ	牛乳 ウエハース	牛乳 パイ バナナ	
木	1 22	鶏じゃがグラタン ハムサラダ オニオンスープ	① 452kcal ② 19.4g ③ 11.9g ④ 1.8g	マカロニ じゃが芋 油	鶏肉 脱脂粉乳 チーズ ハム	玉葱 人参 ほうれん草 コーン缶 キャベツ ブロッコリー レタス	シチュールー 酢 塩 鶏ガラだし コンソメ	麦茶 ★フルーツ ゼリー	牛乳 せんべい	麦茶 ★フルーツゼリー	
金	9 23	ゆかりごはん 肉じゃが チョレギサラダ 筍のすまし汁	① 424kcal ② 15.7g ③ 9.9g ④ 1.3g	米 じゃが芋 ごま ごま油	豚肉 海苔 かまぼこ	玉葱 人参 枝豆 筍 きゅうり レタス トマト サニーレタス	しょうゆ 酒 塩 和風だし	麦茶 クラッカー ヨーグルト	牛乳 クッキー	麦茶 クラッカー ヨーグルト	
土	10 24	ハンバーグ 野菜ソテー 卵スープ	★5月のクッキングは「おにぎらず🍙」を作ります★ 13日(梅組)、20日(桃A組)、27日(桃B組)に 三角巾、エプロン、マスクを忘れずに持たせてください♪							牛乳 ウエハース	麦茶 果物 ビスケット

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

★5月使用の旬の食材…たけのこ、ごぼう、玉葱、キャベツ、新じゃが

※旬が短く、季節を感じる山菜の苦みも大切な味覚のひとつです

