令和７年度　５月　　献立予定表

	げつようび 月	かようび 火	すいようび 水	もくようび 木	きんようび 金	どようび 土
午前おやつ	午前おやつは１．２歳児のみとなります。 果物は、バナナ、オレンジ、キウイ、いちごを予定しています。 □の中の数字は、３歳以上児のエネルギー量です。			1 ヨーグルト	2 おかし	3
昼食				ちくわのいそべあげ なっとうのネバネバあえ やさいとぶたにくのみそスープ	タンドリーチキン だいこんサラダ とうにゅうスープ	【　けんぽうきねん日　】
午後おやつ				スコーン ぎゅうにゅう(100)　444 kcal	おかし ぎゅうにゅう(100)　441 kcal	
午前おやつ	5	6	7 おかし	8 ヨーグルト	9 くだもの	10
昼食	【　こどもの日　】	【　ふりかえ休日　】	さかなのあまずあんかけ はくさいのなめたけあえ とうふのみそしる	わふうミートローフ ごぼうサラダ すいとんじる	カリカリしゅうまい いんげんのおかかあえ あおなのスープ・くだもの	《　おべんとうの日　》
午後おやつ			ちまきふうおにぎり ぎゅうにゅう(100)　427 kcal	キャロットケーキ ぎゅうにゅう(100)　458 kcal	おかし ぎゅうにゅう(100)　393 kcal	
午前おやつ	12 くだもの	13 ミニジョア	14 おかし	15 ヨーグルト《おむすびの日》	16 くだもの	17 おかし
昼食	マーボーなす はるさめサラダ・くだもの ちゅうかふうコーンスープ	しろみさかなのフライ コールスローサラダ クラムチャウダー	まめまめドライカレー きのこのスープ フルーツヨーグルト	とうふナゲット わかめとツナのあえもの こまつなのみそしる	キッシュ ゆかりパスタ ミネストローネ・くだもの	やきそば くだもの ぎゅうにゅう(100)
午後おやつ	いちごむしパン ぎゅうにゅう(100)　430 kcal	すりおろしりんごゼリー カルシウムせんべい　415 kcal	マカロニきなこ ぎゅうにゅう(100)　443 kcal	おやつパン ぎゅうにゅう(100)　428 kcal	おかし ミニジョア　411 kcal	希望保育のみ おやつ持参
午前おやつ	19 おかし《ほかほかごはんの日》	20 くだもの	21 ヨーグルト	22 おかし	23	24
昼食	さわらのごまみそやき じゃがいもとフキのにもの かしわじる	ちゅうかふうたまごやき ナムル ちゅうかスープ・くだもの	まつかぜやき めひじきとやさいのソテー とんじる	ささみのレモンふうみ ポテトサラダ・くだもの ぶたにくとおしむぎのスープ	【　おやこえんそく　】	《　おべんとうの日　》
午後おやつ	あげパン ぎゅうにゅう(100)　451 kcal	しらすおにぎり ぎゅうにゅう(100)　442 kcal	なっとうピザ ぎゅうにゅう(100)　436 kcal	ちんすこう ミニジョア　465 kcal		
午前おやつ	26 ミニジョア	27 おかし	28 くだもの	29 おかし	30 ヨーグルト	31 おかし
昼食	とりにくのバーベキューソースやき こんさいのにもの はくさいのごもくスープ	じゃがいものチンジャオロース さきいかサラダ わかめスープ	たまごのふくぶくろに みどりやさいのいためもの みそしる・くだもの	ツナととうふのうまに あげやさいサラダ たまごスープ	かつおのたつたあげ きゃべつのいそあえ おくずかけ・くだもの	タンメン くだもの ヨーグルト
午後おやつ	プリン カルシウムせんべい　392 kcal	マシュマロおこし ぎゅうにゅう(100)　438 kcal	おこのみやき ぎゅうにゅう(100)　459 kcal	ジャムサンド ぎゅうにゅう(100)　451 kcal	おかし ぎゅうにゅう(100)　415 kcal	希望保育のみ おやつ持参

※　都合により献立が変更になる場合がありますが、ご了承ください。

今月の予定

15日(火)　おむすびの日

全員、手作りのおむすびを持ってきてください。

19日(金)　ほかほかごはんの日

さくら組がお米を研いでご飯を炊きます。炊き上がったご飯を食べるので、さくら組とすみれ組は、空のお弁当箱を持ってきてください。たんぽぽ組は保育園の食器を使います。

10日(土) お弁当の日
24日(土)　〃

お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分のおやつを忘れずに持ってきてください。

23日(金)　親子遠足（お弁当の日）

お弁当、水筒(水または麦茶)を忘れずに持ってきてください。

第3、第5土曜日は、ご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。

午後の保育を希望されている方はおやつを持参してください。

４月の栄養摂取量

	未満児	以上児
エネルギー	574 kcal	446 kcal
たんぱく質	22.6 g	21.5 g
脂　質	20.1 g	22.4 g
塩　分	1.7 g	1.8 g