



日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
1 日 水 20 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 きゅうりと人参のサラダ コンソメスープ	やわらかごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 春雨サラダ コンソメスープ	ごはん チキンカレー 春雨サラダ コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・きなこがゆ	牛乳・きなこ蒸しパン
	食材		鶏肉・米・じゃが芋 砂糖 人参・玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり	鶏肉・きな粉・米・じゃが芋 油・春雨・砂糖 人参・玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり	鶏肉・牛乳・きな粉・米・じゃが芋 油・春雨・マヨネーズ・砂糖・H/M 人参・玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり
2 日 木 17 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食		おかゆ 麻婆豆腐 ほうれん草のおひたし わかめスープ	やわらかごはん 麻婆豆腐 ほうれん草のおひたし わかめスープ	ごはん 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル わかめスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豆腐・豚肉・味噌・米 砂糖・片栗粉・人参・長ねぎ 椎茸・もやし・わかめ・玉ねぎ・ほうれん草	豆腐・豚肉・味噌・米 砂糖・片栗粉・人参・長ねぎ 椎茸・もやし・わかめ・玉ねぎ・ほうれん草	豆腐・豚肉・味噌・牛乳・チーズ・米・油 砂糖・片栗粉・ごま油・ごま・人参・長ねぎ 椎茸・茹・もやし・わかめ・玉ねぎ・ほうれん草
7 日 火 21 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ ボークビーンズ ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん ボークビーンズ ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん ボークビーンズ ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・大豆・ツナ・豆腐・米・じゃが芋 砂糖・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・キャベツ・きゅうり・水菜	豚肉・大豆・ツナ・豆腐・米・じゃが芋 油・砂糖・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・キャベツ・きゅうり・水菜	豚肉・大豆・ツナ・豆腐・米・じゃが芋 油・砂糖・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・キャベツ・きゅうり・水菜
8 日 水 22 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 鮭の照り焼き 人参金平 大根とえのきのみそ汁	やわらかごはん 鮭の照り焼き 金平ごぼう 大根とえのきのみそ汁	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 金平ごぼう 大根とえのきのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・シュガートースト
	食材		鮭・味噌・米・砂糖 食パン・人参 ごぼう・大根・えのき	鮭・味噌・米・油・砂糖 食パン・人参 ごぼう・大根・えのき	鮭・味噌・牛乳・米・マヨネーズ・油・砂糖 ごま油・食パン・コーン・人参 ごぼう・大根・えのき
9 日 木 23 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食		野菜あんかけうどん 豆腐の磯辺煮	野菜あんかけうどん 豆腐の磯辺煮	野菜あんかけうどん ちくわの磯辺揚げ
	午後食		ミルク	お茶・おかかおじや	牛乳・チーズおかかおにぎり
	食材		豚肉・米 うどん・豆腐 キャベツ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・青のり	豚肉・米 うどん・豆腐・油・鰹節 キャベツ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・青のり	豚肉・かまぼこ・ちくわ・ヨーグルト・牛乳・米 チーズ・うどん・ごま油・天ぷら粉・油 キャベツ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・鰹節
10 日 金 24 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 豚肉の甘辛焼き 野菜サラダ わかめと水菜のすまし汁	やわらかごはん 豚肉の甘辛焼き 野菜サラダ わかめと水菜のすまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜サラダ わかめと水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・米 キャベツ・人参・きゅうり わかめ・水菜	豚肉・米・油・豆腐 キャベツ・人参・きゅうり わかめ・水菜	豚肉・牛乳・米・油・マヨネーズ キャベツ・人参・きゅうり わかめ・水菜

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
11 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
25 日 土	午前食 		ツナの焼うどん 粉ふき芋 わかめスープ	ナポリタン 粉ふき芋 わかめスープ バナナ	ナポリタン 粉ふき芋 わかめスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		ツナ・うどん じゃが芋・玉ねぎ・ピーマン 青のり・わかめ	ツナ・スパゲティ じゃが芋・玉ねぎ・ピーマン ケチャップ・青のり・わかめ・バナナ	ベーコン・牛乳・スパゲティ・バター じゃが芋・ごま・玉ねぎ・ピーマン ケチャップ・青のり・わかめ・バナナ
13 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
27 日 月	午前食 		おかゆ つくね焼き ひじきの和え物 野菜のみそ汁	やわらかごはん つくね焼き ひじきの和え物 野菜のみそ汁	ごはん ごまつくね焼き ひじきの和え物 野菜のみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・煮込みうどん	ヨーグルトゼリー・おせんべい
	食材		鶏肉・味噌 米・パン粉・砂糖・玉ねぎ 長ねぎ・ひじき・小松菜・人参・もやし・キャベツ	鶏肉・味噌・うどん 米・パン粉・砂糖・玉ねぎ 長ねぎ・ひじき・小松菜・人参・もやし・キャベツ	鶏肉・油揚げ・味噌・牛乳・セラチン・生クリーム・ヨーグルト 米・パン粉・ごま・ごま油・砂糖・なめたけ・玉ねぎ・ジャム 長ねぎ・ひじき・コーン・小松菜・人参・もやし・キャベツ
14 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
28 日 火	午前食 		おかゆ 照り焼きチキン かぼちゃサラダ なめこのみそ汁	やわらかごはん 照り焼きチキン かぼちゃサラダ なめこのみそ汁	ごはん 照り焼きチキン かぼちゃサラダ なめこのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・マカロニきなこ	牛乳・マカロニきなこ
	食材		鶏肉・豆腐・味噌 米・砂糖・かぼちゃ きゅうり・人参・なめこ・水菜	鶏肉・豆腐・味噌・きな粉 米・油・マカロニ・砂糖・かぼちゃ きゅうり・人参・なめこ・水菜	鶏肉・ハム・豆腐・味噌・牛乳・チーズ・きな粉 米・油・マヨネーズ・マカロニ・砂糖・かぼちゃ きゅうり・人参・なめこ・水菜
15 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
29 日 水	午前食 		おかゆ カレーの煮付け ⑩小松菜の白和え⑩きゅうりのサラダ キャベツのみそ汁	やわらかごはん カレーの煮付け ⑩小松菜の白和え⑩きゅうりのサラダ キャベツのみそ汁	ごはん さばのカレー竜田揚げ ⑩小松菜の白和え⑩レタスとコーンのサラダ キャベツのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		カレー・豆腐・味噌・米 砂糖・小松菜・キャベツ 水菜・きゅうり	カレー・豆腐・味噌・米 砂糖・小松菜・キャベツ・レタス 水菜・きゅうり	鯖・豆腐・牛乳・味噌・米・片栗粉・油揚げ ごま・砂糖・小松菜・キャベツ 水菜・レタス・コーン・きゅうり
16 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
31 日 金	午前食 		おかゆ 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 人参ときゅうりのサラダ 玉ねぎとえのきのみそ汁	やわらかごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 人参ときゅうりのサラダ 玉ねぎとえのきのみそ汁	ごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 切り干し大根のサラダ 油揚げのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・じゃが芋がゆ	牛乳・じゃが芋のみそかけ
	食材		豚肉・豆腐・味噌・米 砂糖・玉ねぎ・しめじ 人参・きゅうり・えのき	豚肉・豆腐・味噌・米 油・砂糖・じゃが芋・玉ねぎ・しめじ 人参・きゅうり・えのき	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳・米 油・砂糖・ごま油・じゃが芋・バター・玉ねぎ・しめじ 切り干し大根・人参・きゅうり・わかめ・えのき
18 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		豚丼風がゆ かぼちゃ煮 豆腐とわかめのみそ汁	豚丼風がゆ かぼちゃ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	豚丼 かぼちゃ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・味噌 米・砂糖・玉ねぎ・人参・かぼちゃ わかめ	豚肉・豆腐・味噌 米・砂糖・油・玉ねぎ・人参・かぼちゃ わかめ・バナナ	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳 米・砂糖・油・玉ねぎ・人参・かぼちゃ わかめ・バナナ
30 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		タやけがゆ 野菜と鶏肉の煮物 ゆでブロッコリー わかめスープ	タやけがゆ マカロニソテー ゆでブロッコリー わかめスープ	タやけごはん マカロニグラタン ブロッコリーとかにかまのサラダ レタスとわかめのスープ
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・ホットケーキ
	食材		鶏肉・わかめ 米 砂糖・人参・玉ねぎ・ブロッコリー	鶏肉・わかめ・青のり 米・マカロニ・油 砂糖・人参・玉ねぎ・ブロッコリー	鶏肉・スキムミルク・粉チーズ・牛乳・わかめ 米・マカロニ・油・バター・薄力粉・パン粉 砂糖・ごま油・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・コーン・レタス



	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 水 20日 月	牛乳 菓子	ごはん	チキンカレー 春雨サラダ コンソメスープ	牛乳 きな粉蒸しパン	とりにく ぎゅうにゅう きなこ かにかま	こめ まよねーず じゃがいも さとう あぶら H/M はるさめ	にんじん きゅうり たまねぎ けちやつぶ	521kcal たんぱく質 脂: 19.4g 塩: 2.0g
2日 木 17日 金	牛乳 チーズ	ごはん	麻婆豆腐 ほうれん草のナムル わかめスープ	牛乳 菓子	とうふ ちーず ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら あぶら ごま さとう かたくりこ	にんじん もやし ながねぎ わかめ しいたけ たまねぎ にら ほうれんそう	472kcal たんぱく質 脂: 19.1g 塩: 1.5g
7日 火 21日 火	牛乳 菓子	ごはん	ポークビーンズ ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう だいず つな とうふ	こめ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ きゃべつ にんじん にんじん ほーるとまと きゅうり けちやつぶ みずな	515kcal たんぱく質 脂: 22.6g 塩: 1.5g
8日 水 22日 水	牛乳 菓子	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き 金平ごぼう 大根とえのきのみそ汁	牛乳 シュガートースト	さけ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら まよねーず しょうばん あぶら ばたー さとう	こーん えのき ごぼう にんじん だいこん	482kcal たんぱく質 脂: 18.0g 塩: 1.5g
9日 木 23日 木	ヨーグルト	野菜あんかけ うどん	ちくわの磯辺揚げ オレンジ	牛乳 チーズおかかおにぎり	ぶたにく ぎゅうにゅう かまぼこ ちーず ちくわ かつおぶし よーぐると	うどん こめ ごまあぶら てんぷらこ あぶら	きゃべつ もやし にんじん あおのり たまねぎ おれんじ ちんげんさい	447kcal たんぱく質 脂: 15.1g 塩: 2.3g
10日 金 24日 金	牛乳 菓子	ごはん	豚肉の生姜焼き 野菜サラダ わかめと水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく かまぼこ ぎゅうにゅう	こめ あぶら まよねーず	きゃべつ みずな にんじん きゅうり わかめ	450kcal たんぱく質 脂: 20.9g 塩: 1.1g
11日 土 25日 土	牛乳 菓子	ナポリタン	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ベーこん ぎゅうにゅう	すばてい ばたー じゃがいも ごま	たまねぎ わかめ びーまん ばなな けちやつぶ あおのり	485kcal たんぱく質 脂: 17.7g 塩: 1.4g
13日 月 27日 月	牛乳 菓子	ごはん	ごまつくね焼き ひじきの和え物 野菜のみそ汁	ヨーグルトゼリー おせんべい	とりにく ぜらちん あぶらあげ なまくりーむ みそ よーぐると ぎゅうにゅう	こめ さとう ばんこ ごま ごまあぶら	なめだけ にんじん・もやし ながねぎ きゃべつ ひじき・こーん たまねぎ こまつな じゃむ	500kcal たんぱく質 脂: 22.0g 塩: 1.7g
14日 火 28日 火	牛乳 チーズ	ごはん	照り焼きチキン かぼちゃサラダ なめこのみそ汁	牛乳 マカロニきなこ	とりにく ぎゅうにゅう はむ ちーず とうふ きなこ みそ	こめ さとう あぶら まよねーず まかろに	かぼちゃ みずな きゅうり にんじん なめこ	480kcal たんぱく質 脂: 18.4g 塩: 1.6g
15日 水 29日 水	牛乳 菓子	ごはん	さばのカレー竜田揚げ ⑮小松菜の白和え ⑳レタスとコーンのサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 菓子	さば とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ さとう かたくりこ あぶらあげ ごま	こまつな こーん きゃべつ きゅうり みずな にんじん れたす	520kcal たんぱく質 脂: 22.9g 塩: 1.3g
16日 木 31日 金	牛乳 菓子	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 切り干し大根のサラダ 油揚げのみそ汁	牛乳 じゃが芋のみそかけ	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ ごまあぶら しらたき じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり きりぼしだいこん わかめ えのき	460kcal たんぱく質 脂: 15.0g 塩: 1.6g
18日 土	牛乳 菓子	豚丼	かぼちゃ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう さとう あぶら	たまねぎ ばなな にんじん かぼちゃ わかめ	492kcal たんぱく質 脂: 16.4g 塩: 1.1g
30日 木 	牛乳 菓子	タヤけごはん	マカロニグラタン ブロッコリーとかにかまのサラダ レタスと卵のスープ	牛乳 ホットケーキ	とりにく ぎゅうにゅう すきむみるく たまご こなちーず かにかま	こめ はくりきこ まかろに ばんこ あぶら さとう ばたー ごまあぶら	にんじん れたす たまねぎ ぶろっこりー こーん	526kcal たんぱく質 脂: 18.4g 塩: 1.6g

⇒その他連絡事項



献立を変更する場合があります。ご了承ください。
29、30日にレタスが給食に出ます。食べた事のない方は
食べてみてください。

今月の平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
488kcal	19.4g	18.8g	1.5g

2024年 5月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 水 20日 月	ごはん	チキンカレー 春雨サラダ コンソメスープ	牛乳 きな粉蒸しパン	とりく ぎゅうにゅう きなこ かにかま	こめ まよねーず じゃがいも さとう あぶら H/M はるさめ	にんじん きゅうり たまねぎ けちゃっぶ	582kcal 18.0g 脂: 20.7g 塩: 2.5g
2日 木 17日 金	ごはん	麻婆豆腐 ほうれん草のナムル わかめスープ	牛乳 菓子	とうふ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら あぶら ごま さとう かたくりこ	にんじん もやし ながねぎ わかめ しいたけ たまねぎ にら ほうれんそう	503kcal 19.7g 脂: 18.0g 塩: 1.4g
7日 火 21日 火	ごはん	ポークビーンズ ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう だいず つな とうふ	こめ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ きゃべつ にんじん にんじん ほーるとまと きゅうり けちゃっぶ みすな	567kcal 21.7g 脂: 23.7g 塩: 1.9g
8日 水 22日 水	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き 金平ごぼう 大根とえのきのみそ汁	牛乳 シュガートースト	さけ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら まよねーず しょうばん あぶら ばたー さとう	こーん えのき ごぼう にんじん だいこん	533kcal 23.5g 脂: 19.6g 塩: 1.8g
9日 木 23日 木	野菜あんかけ うどん	ちくわの磯辺揚げ オレンジ	牛乳 チーズおかおにぎり	ぶたにく ぎゅうにゅう かまぼこ ちーず ちくわ かつおぶし	うどん こめ ごまあぶら てんぷらこ あぶら	きゃべつ もやし にんじん あおのり たまねぎ おれんじ ちんげんさい	517kcal 20.4g 脂: 16.9g 塩: 2.8g
10日 金 24日 金	ごはん	豚肉の生姜焼き 野菜サラダ わかめと水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく かまぼこ ぎゅうにゅう	こめ あぶら まよねーず	きゃべつ みすな にんじん きゅうり わかめ	493kcal 22.6g 脂: 23.3g 塩: 1.3g
11日 土 25日 土	ナポリタン	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ベーこん ぎゅうにゅう	すばげてい ばたー じゃがいも ごま	たまねぎ わかめ ぴーまん ばなな けちゃっぶ あおのり	526kcal 17.0g 脂: 17.3g 塩: 1.7g
13日 月 27日 月	ごはん	ごまつくね焼き ひじきの和え物 野菜のみそ汁	ヨーグルトゼリー おせんべい	とりく ぜらちん あぶらあげ なまくりーむ みそ よーぐると ぎゅうにゅう	こめ さとう ばんこ ごま ごまあぶら	なめたけ にんじん・もやし ながねぎ きゃべつ ひじき・こーん たまねぎ ごまつな じゃむ	537kcal 17.8g 脂: 23.1g 塩: 2.0g
14日 火 28日 火	ごはん	照り焼きチキン かぼちゃサラダ なめこのみそ汁	牛乳 マカロニきなこ	とりく ぎゅうにゅう はむ きなこ とうふ みそ +	こめ さとう あぶら まよねーず まかろに	かぼちゃ みすな きゅうり にんじん なめこ	515kcal 24.4g 脂: 16.9g 塩: 1.6g
15日 水 29日 水	ごはん	さばのカレー竜田揚げ ⑯小松菜の白和え ⑳レタスとコーンのサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 菓子	さば とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ さとう かたくりこ あぶらあげ ごま	ごまつな こーん きゃべつ きゅうり みすな にんじん れたす	552kcal 23.1g 脂: 22.5g 塩: 1.6g
16日 木 31日 金	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 切り干し大根のサラダ 油揚げのみそ汁	牛乳 じゃが芋のみそかけ	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ ごまあぶら しらたき じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり きりぼしだいこん わかめ えのき	505kcal 21.3g 脂: 15.9g 塩: 1.9g
18日 土	豚丼	かぼちゃ煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう あぶら	たまねぎ ばなな にんじん かぼちゃ わかめ	536kcal 19.3g 脂: 17.2g 塩: 1.3g
30日 木 	タヤけごはん	マカロニグラタン ブロッコリーとかにかまのサラダ レタスと卵のスープ	牛乳 ホットケーキ	とりく ぎゅうにゅう すきむみるく たまご こなちーず かにかま	こめ はくりきこ まかろに ばんこ あぶら さとう ばたー ごまあぶら	にんじん れたす たまねぎ ぶろっこりー こーん	577kcal 23.4g 脂: 18.1g 塩: 1.9g

⇒その他連絡事項

- 献立を変更する場合があります。ご了承ください。
10日は春の園外保育です。お弁当を持参してください。
(雨天時も。みつば、ふきのとう、たけのこ)
- 29、30日にレタスが給食に出ます。食べた事のない方は
食べてみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
532kcal	21.0g	19.3g	1.8g