5月（がつ） 給食献立表（きゅうしょくこんだてひょう）

2025年

星ヶ丘にじ保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 （ ）は未満児	材料名（○は午後おやつ） 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	9時おやつ	3時おやつ	行事
1木	御飯 こいのぼりハンバーグ ゆかりあえ トマトスープ オレンジ	559.1(447.2) 18.1(14.5) 17.3(13.8) 1.3(1.1)	米 片栗粉 ○さつまいも ○春巻きの皮 ○油○砂糖	豚ひき肉 ○牛乳	たまねぎ にんじん もやし きゅうり トマト キャベツ オレンジ	食塩 ケチャップ しそふりかけ しょうゆ コンソメ ○みりん○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 ポテト かぶと	
2金	チャーハン ツナサラダ わかめスープ りんご	542.3(433.9) 15.7(12.6) 12.3(9.8) 2.0(1.6)	米 ごま油 ○砂糖	豚ひき肉 ツナ水煮缶 ○牛乳	にんじん ブロッコリー ねぎ カットわかめ だいこん りんご ○ぶどう濃縮果汁 ○粉かんてん	しょうゆ イタリアンドレッシング 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ぶどう ゼリー	
3土	憲法記念日								
5月	こどもの日								
6火	振替休日								
7水	キーマカレー ひじきサラダ きのこスープ ゼリー	550.0(436.1) 17.9(14.2) 18.7(15.0) 1.5(1.2)	米 マヨネーズ ゼリー ○パイ皮	鶏ひき肉 ヨーグルト ○牛乳	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ひじき キャベツ しめじ ブロッコリー ○いちごジャム	カレールウ しょうゆ 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ジャム パイ	お誕生日会
8木	黒糖食パン ポトフ マカロニソテー オレンジ	516.8(413.3) 23.0(18.4) 15.2(12.2) 1.9(1.5)	食パン じゃがいも 油 マカロニ ○米粉○ごま油 ○砂糖	鶏もも肉 ○牛乳 ○豚ひき肉	たまねぎ にんじん パセリ粉 ほうれんそう コーン オレンジ ○にら	コンソメ 食塩 こしょう 中華だしの素 ○食塩○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 チヂミ	
9金	御飯 さばの塩焼き 高野豆腐の旨煮 のっぺい汁 洋なし缶	538.2(430.3) 22.0(17.6) 15.2(12.2) 1.5(1.2)	米 さといも 砂糖 片栗粉 ○じゃがいも ○砂糖○油 ○コーンスターチ	さば 高野豆腐 ○牛乳	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 洋なし缶	食塩 みりん しょうゆ かつお・昆布だし汁	牛乳 スナック	牛乳 ポテト ボーロ	クッキング くま組
10土	きつねご飯 ほうれん草のおかか和え パイン缶	547.9(438.3) 18.8(15.0) 10.0(8.0) 1.2(1.0)	米 ○スナック	鶏もも肉 油揚げ かつお節 ○牛乳	にんじん ごぼう ほうれんそう にんじん パイン缶	しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
12月	御飯 鶏肉のコーン焼き ごぼうのきんぴら チンゲン菜のみそ汁 パイン缶	541.8(433.3) 21.0(16.8) 13.5(10.8) 1.9(1.5)	米 ごま油 砂糖 ○玄米フレーク ○コーンフレーク ○マシュマロ	鶏もも肉 米みそ ○牛乳 ○無塩バター	ごぼう にんじん コーン チンゲンサイ キャベツ パイン缶	食塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁	牛乳 スナック	牛乳 玄米 フレーク スナック	クッキング ぞう組
13火	ピラフ 白菜のレモン和え 豆乳コーンスープ 洋なし缶	547.0(437.6) 16.7(13.4) 10.9(8.7) 1.5(1.2)	米 砂糖 ○さつまいも ○砂糖	豚ひき肉 豆乳 ○牛乳	赤ピーマン たまねぎ にんにく パセリ粉 はくさい にんじん レモン果汁 クリームコーン缶 干ししいたけ あさつき 洋なし缶 ○粉かんてん	中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 さつまいも ようかん	
14水	御飯 銀ひらすのフライ コロコロサラダ かぶのすまし汁 オレンジ	549.0(422.1) 19.3(15.1) 19.7(15.7) 1.5(1.2)	米 パン粉 小麦粉 油 さつまいも マヨネーズ ○砂糖	銀ひらす 油揚げ ○牛乳	きゅうり にんじん かぶ かぶ葉 オレンジ ○粉かんてん	ケチャップ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩 ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 ココア プリン	
15木	ロールパン ミートスパゲティ 切り干し大根ソテー かぼちゃスープ もも缶	569.8(455.9) 19.9(16.0) 15.8(12.7) 2.1(1.7)	ロールパン スパゲティ 油 ○米○もち米 ○ごま○砂糖	豚ひき肉 ○牛乳○米みそ	たまねぎ にんじん にんにく 切り干しだいこん コーン ほうれんそう かぼちゃ もも缶（黄桃）	ケチャップ 中華だしの素 コンソメ 食塩 ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 五平もち	
16金	御飯 野菜炒め マロニーの和え物 ひじきのみそ汁 りんご	566.9(453.5) 18.4(14.8) 11.3(9.0) 1.6(1.3)	米 ごま油 マロニー 油 ○米粉○砂糖	豚肉(もも) 米みそ ○牛乳 ○ゆであずき缶	キャベツ もやし にんじん ピーマン きゅうり トマト ひじき しめじ たまねぎ りんご	食塩 中華だしの素 めんつゆ かつお・昆布だし汁	牛乳 スナック	牛乳 あずき ういろう	
17土	五目うどん 白菜のツナ和え パイン缶	509.8(407.9) 21.9(17.5) 8.9(7.1) 2.3(1.9)	ゆでうどん 砂糖 ○スナック	鶏もも肉 ツナ水煮缶 ○牛乳	たまねぎ にんじん ねぎ はくさい パイン缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 （）は未満児	材料名（〇は午後おやつ）				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
19月	御飯 鮭の香り焼き じゃがいものそぼろ煮 たけのこのすまし汁 りんご	530.6(424.5) 25.0(20.0) 11.4(9.2) 1.7(1.4)	米 じゃがいも 砂糖	さけ 豚ひき肉 〇牛乳 〇ヨーグルト	しょうが にんにく たけのこ はくさい りんご 〇洋なし缶 〇もも缶（黄桃）	かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ヨーグルト和え	
20火	豚丼 チンゲン菜のソテー 糸昆布のみそ汁 オレンジ	527.1(421.6) 19.1(15.3) 12.1(9.7) 1.9(1.5)	米 しらたき 砂糖 油 〇じゃがいも 〇片栗粉〇砂糖 〇油	豚肉(もも) 米みそ 〇牛乳	たまねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ キャベツ コーン 糸昆布 なめこ ねぎ オレンジ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 中華だしの素 〇しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 いももち	
21水	御飯 ホキのムニエル わかめの酢の物 大根スープ 洋なし缶	562.5(440.8) 23.9(18.6) 15.2(11.6) 1.2(0.9)	米 米粉 油 砂糖 〇焼ふ 〇グラニュー糖	ホキ 〇牛乳 〇無塩バター	にんにく カットわかめ きゅうり みかん缶 だいこん もやし 洋なし缶	食塩 酢 中華だしの素	牛乳 スナック	牛乳 お麩 ラスク	クッキング うさぎ組
22木	食パン チキンチャップ ポテトサラダ 白菜スープ もも缶	555.9(444.7) 27.3(21.8) 17.1(13.7) 2.1(1.7)	食パン 砂糖 油 じゃがいも マヨネーズ 〇焼きそばめん	鶏もも肉 〇牛乳 〇豚肉(もも) 〇かつお節	たまねぎ ブロッコリー にんじん はくさい セロリ もも缶（黄桃） 〇こまつな〇にんじん 〇あおのり	ケチャップ コンソメ 食塩 〇お好み焼きソース	牛乳 スナック	牛乳 ソース 焼きそば	
23金	春の遠足のため 給食なし		〇食パン 〇コーンスターチ 〇砂糖	〇牛乳		〇ココア	牛乳 スナック	牛乳 ココア サンド	春の遠足
24土	すき煮丼 小松菜のみそ汁 パイン缶	565.0(442.9) 20.1(15.5) 12.6(9.5) 2.0(1.6)	米 しらたき 油 片栗粉 砂糖 〇スナック	鶏もも肉 木綿豆腐 米みそ 〇牛乳	はくさい ねぎ にんじん こまつな パイン缶	みりん しょうゆ かつお・昆布だし汁	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
26月	御飯 銀ひらすの煮つけ 炒り豆腐 もずくのみそ汁 洋なし缶	540.4(432.0) 21.6(17.2) 12.4(9.9) 1.9(1.5)	米 砂糖 油 〇ホットケーキ粉 〇砂糖	銀ひらす 木綿豆腐 〇牛乳	にんじん たまねぎ ひじき 干ししいたけ もずく 洋なし缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 中華だしの素 食塩 〇ココア	牛乳 スナック	牛乳 マーブル蒸しパン	
27火	春雨丼 ちくわ磯辺焼き ワンタンスープ オレンジ	543.3(434.6) 16.7(13.4) 11.4(9.1) 1.8(1.4)	米 はるさめ 片栗粉 ごま油 米粉 油 ワンタンの皮 〇砂糖	鶏もも肉 ちくわ 〇牛乳	はくさい にんじん たまねぎ あおのり こまつな コーン オレンジ 〇パイン缶〇洋なし缶 〇粉かんてん	中華だしの素 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 フルーツポンチ	
28水	御飯 さばのみそ煮 もやし炒め オクラのすまし汁 りんご	558.7(447.0) 25.2(20.1) 17.4(13.9) 2.1(1.7)	米 砂糖 ごま油 〇ぎょうざの皮	さば 米みそ 〇牛乳 〇ツナ水煮缶 〇とろけるチーズ	しょうが もやし にんじん ピーマン たまねぎ オクラ りんご 〇たまねぎ	みりん かつお・昆布だし汁 食塩 しょうゆ 〇ケチャップ	牛乳 スナック	牛乳 スナック ピザ	
29木	ロールパン 焼きコロッケ イタリアンサラダ チンゲン菜のスープ もも缶	566.5(451.0) 22.4(17.9) 20.3(16.2) 2.0(1.6)	ロールパン じゃがいも パン粉 油 〇米〇ごま	豚ひき肉 〇牛乳 〇かつお節	たまねぎ きゅうり キャベツ コーン チンゲンサイ にんじん もも缶（黄桃） 〇あおのり	こしょう ケチャップ イタリアンドレッシング コンソメ 食塩 〇しょうゆ〇みりん	牛乳 スナック	牛乳 焼きおにぎり	
30金	御飯 豚肉のしょうが焼き 炒り卵 トマトのみそ汁 パイン缶	580.1(446.2) 21.2(16.6) 23.8(18.9) 1.7(1.4)	米 油 砂糖 〇ホットケーキ粉 〇油〇砂糖	豚肉(もも) 卵 米みそ 〇牛乳 〇木綿豆腐	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく にんじん トマト パイン缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 食塩 〇シナモン	牛乳 スナック	牛乳 ポフポフ	ワールドトリップ ぞう組 くま組
31土	肉みそめん 豆腐スープ 洋なし缶	534.7(427.8) 22.8(18.2) 12.9(10.3) 1.8(1.5)	ゆで中華めん 砂糖 ごま油 〇スナック	鶏ひき肉 木綿豆腐 米みそ 〇牛乳	にんじん たまねぎ ピーマン にら 洋なし缶	中華だしの素 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますのでご了承下さい

●何かお気づきの点がございましたら担任にお伝え下さい

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せて園で精米しています　基本的に水曜日と金曜日は七分づきにしています

☆4月30日㈮のおやつはぞう組とくま組のワールドトリップの活動にちなみ、ナイジェリアのおやつ「ポフポフ」（ドーナツ）です