



令和7年5月分保育所給食予定表

日 曜	献立名	おやつ	材 料 名			栄 養 価
		午前（未満児） 午後（全 員）	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	（3歳以上児）
1 木	豚丼 白和え みそ汁	牛乳 クラッカー	精白米／強化米／三 温糖／こんにやく／ ごま／じゃがいも／ 薄力粉／バター／ チョコチップ	豚肉／豆腐／油揚げ ／みそ／牛乳	玉ねぎ／にんじん／ ねぎ／しょうが／ほ うれんそう／えのき たけ	111kcal - 604 kcal たんぱく質 26.1 g 脂 質 18.9 g 食塩相当 2.4 g
2 金	麦ご飯 チキンカレー ナムル パイン缶	牛乳 ウエハース	精白米／押麦／じゃ がいも／米サラダ油 ／ごま／三温糖／こ ま油／／お菓子	鶏肉／牛乳／寒天／ 乳酸菌飲料	にんじん／玉ねぎ／ もやし／きゅうり／ パイン缶／ぶどう ジュース／みかん缶	111kcal - 629 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 17.2 g 食塩相当 2.1 g
3 土	憲 法 記 念 日 み ど り の 日 こ ど も の 日 振 替 休 日					
4 日						
5 月						
6 火	憲 法 記 念 日 み ど り の 日 こ ど も の 日 振 替 休 日					
7 水						
8 木						
9 金	ご飯 魚のケチャップソース キャベツの塩こんぶ和え かぶのスープ	牛乳 きなこせんべい	精白米／強化米／か たくり粉／米白皎油 ／三温糖／ごま／こ ま油／米サラダ油／ 青りんごゼリー／お 菓子	かじき／塩昆布／ ベーコン／牛乳	しょうが／にんにく ／キャベツ／きゅう り／かぶ／かぶの葉 ／にんじん／玉ねぎ	111kcal - 571 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 16.4 g 食塩相当 2.0 g
10 土	チキンピラフ コンソメスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／パ ター／食パン／ジャ ム	鶏肉／牛乳	にんじん／ピーマン ／玉ねぎ／コーン缶 ／もやし／バナナ	111kcal - 534 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 12.2 g 食塩相当 2.0 g
12 月	ご飯 さわらの磯辺揚げ 切り干し大根煮 みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／薄 力粉／米白皎油／三 温糖／食パン／パ ター／グラニュー糖	さわら／たまご／あ おのり／高野豆腐／ みそ／牛乳	切干しだいこん／に んじん／かぼちゃ／ 玉ねぎ	111kcal - 627 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 21.9 g 食塩相当 1.9 g
13 火	ご飯 ハンバーグ フレンチサラダ 春雨スープ	牛乳 あられ	精白米／強化米／パ ン粉／米サラダ油／ 三温糖／はるさめ／ ごま油／薄力粉／パ ター／上白糖／ごま	豚肉／牛乳／たまご ／わかめ／脱脂粉乳	玉ねぎ／キャベツ／ きゅうり／にんじん	111kcal - 637 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.7 g
14 水	食パン ジャム チキンカツ きゅうりのごま酢和え ジュリアンスープ	牛乳 ビスケット	食パン／ジャム／薄 力粉／パン粉／米白 皎油／三温糖／ごま ／ごま油／マスカッ トゼリー	鶏肉／たまご／ハム ／牛乳	きゅうり／にんじん ／玉ねぎ／かいわれ だいこん／みかん缶 ／パイン缶／もも缶	111kcal - 610 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 24.3 g 食塩相当 2.2 g
15 木	ご飯 さばのごまだれ焼き 白和え さつまい	牛乳 クラッカー	精白米／強化米／こ ま／三温糖／こんに やく／／じゃがいも ／強力粉／薄力粉／ 米サラダ油	さば／豆腐／鶏肉／ みそ／牛乳／ウィン ナー	ほうれんそう／にん じん／ごぼう／ねぎ	111kcal - 627 kcal たんぱく質 29.0 g 脂 質 23.2 g 食塩相当 2.2 g
16 金	麦ご飯 ボーロカレー コールスローサラダ パイン缶	牛乳 ウエハース	精白米／押麦／じゃ がいも／米サラダ油 ／マヨネーズ／お菓 子	豚肉／ハム／牛乳／ ヨーグルト	にんじん／玉ねぎ／ キャベツ／きゅうり ／コーン缶／パイン 缶	111kcal - 570 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 14.7 g 食塩相当 2.0 g

日 曜	献立名	おやつ	材 料 名			栄 養 価
		午前（未満児） 午後（全 員）	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	（3歳以上児）
17 土	肉ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	うどん／三温糖／ コッパン／チョコ レートクリーム	豚肉／牛乳	ごぼう／にんじん／ バナナ	111kcal - 562 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 14.1 g 食塩相当 1.9 g
19 月	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き 五目和え みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／ マーマレード／しら たき／三温糖／ホッ トケーキミックス／ 米白皎油	鶏肉／油揚げ／みそ ／牛乳／たまご／豆 腐	にんにく／しょうが ／ごま／／もやし ／にんじん／コーン 缶／／キャベツ／玉 ねぎ	111kcal - 558 kcal たんぱく質 27.4 g 脂 質 18.6 g 食塩相当 1.8 g
20 火	ご飯 煮魚 野菜のごまみそ和え すまし汁	麦茶 ヨーグルト	精白米／強化米／三 温糖／ごま／焼きふ ／バター	ぶり／みそ／豆腐／ 牛乳／きな粉	しょうが／もやし／ キャベツ／にんじん ／ほうれんそう／ね ぎ	111kcal - 565 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 24.4 g 食塩相当 1.8 g
21 水	ロールパン ポテトグラタン ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	牛乳 かぼちゃポーロ	ロールパン／じゃが いも／米サラダ油／ マカロニ／バター／ 薄力粉／パン粉／三 温糖／精白米／強化 米／上白糖	鶏肉／脱脂粉乳／粉 チーズ／ベーコン／ 油揚げ／ひじき	玉ねぎ／にんじん／ グリーンピース／ブ ロッコリー／ごま ／／	111kcal - 535 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 15.2 g 食塩相当 2.3 g
22 木	ご飯 豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／三 温糖／米サラダ油／ マヨネーズ／薄力粉 ／バター	豚肉／豆腐／わかめ ／みそ／牛乳／脱脂 粉乳／たまご／粉 チーズ／チーズ	玉ねぎ／しょうが／ ごぼう／れんこん／ きゅうり／にんじん	111kcal - 691 kcal たんぱく質 30.5 g 脂 質 26.2 g 食塩相当 1.9 g
23 金	ご飯 魚のケチャップソース キャベツの塩こんぶ和え かぶのスープ	牛乳 きなこせんべい	精白米／強化米／か たくり粉／米白皎油 ／三温糖／ごま／こ ま油／米サラダ油／ 青りんごゼリー／お 菓子	かじき／塩昆布／ ベーコン／牛乳	しょうが／にんにく ／キャベツ／きゅう り／かぶ／かぶの葉 ／にんじん／玉ねぎ	111kcal - 567 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 18.6 g 食塩相当 1.9 g
24 土	チキンピラフ コンソメスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／パ ター／食パン／ジャ ム	鶏肉／牛乳	にんじん／ピーマン ／玉ねぎ／コーン缶 ／もやし／バナナ	111kcal - 534 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 12.2 g 食塩相当 2.0 g
26 月	ご飯 さわらの磯辺揚げ 切り干し大根煮 みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／薄 力粉／米白皎油／三 温糖／食パン／パ ター／グラニュー糖	さわら／たまご／あ おのり／高野豆腐／ みそ／牛乳	切干しだいこん／に んじん／かぼちゃ／ 玉ねぎ	111kcal - 627 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 21.9 g 食塩相当 1.9 g
27 火	ご飯 ハンバーグ フレンチサラダ 春雨スープ	牛乳 あられ	精白米／強化米／パ ン粉／米サラダ油／ 三温糖／はるさめ／ ごま油／薄力粉／パ ター／上白糖／ごま	豚肉／牛乳／たまご ／わかめ／脱脂粉乳	玉ねぎ／キャベツ／ きゅうり／にんじん	111kcal - 637 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 24.7 g 食塩相当 1.7 g
28 水	食パン ジャム チキンカツ きゅうりのごま酢和え ジュリアンスープ	牛乳 ビスケット	食パン／ジャム／薄 力粉／パン粉／米白 皎油／三温糖／ごま ／ごま油／マスカッ トゼリー	鶏肉／たまご／ハム ／牛乳	きゅうり／にんじん ／玉ねぎ／かいわれ だいこん／みかん缶 ／パイン缶／もも缶	111kcal - 609 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 24.3 g 食塩相当 2.2 g
29 木	ご飯 さばのごまだれ焼き 白和え さつまい	牛乳 クラッカー	精白米／強化米／こ ま／三温糖／こんに やく／／じゃがいも ／強力粉／薄力粉／ 米サラダ油	さば／豆腐／鶏肉／ みそ／牛乳／ウィン ナー	ほうれんそう／にん じん／ごぼう／ねぎ	111kcal - 627 kcal たんぱく質 29.0 g 脂 質 23.2 g 食塩相当 2.2 g
30 金	麦ご飯 ボーロカレー コールスローサラダ パイン缶	牛乳 ウエハース	精白米／押麦／じゃ がいも／米サラダ油 ／マヨネーズ／お菓 子	豚肉／ハム／牛乳／ ヨーグルト	にんじん／玉ねぎ／ キャベツ／きゅうり ／コーン缶／パイン 缶	111kcal - 570 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 14.7 g 食塩相当 2.0 g
31 土	肉ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	うどん／三温糖／ コッパン／チョコ レートクリーム	豚肉／牛乳	ごぼう／にんじん／ バナナ	111kcal - 562 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 14.1 g 食塩相当 1.9 g

※保育園の行事等により、献立に変更がある場合があります。
※マヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風味のドレッシングを使用しています。



今月のかみかみメニューは、「ごぼうサラダ」です。