

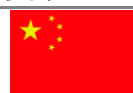
令和6年5月



日	曜	午前 おやつ (乳児)	献立名	おやつ	主な食材			エネルギー (kcal)
					赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子を整える	
1	水	野菜ステック(さつまいも) 麦茶	納豆ご飯 さけのみそマヨネーズ焼き ほうれん草の彩りあえ かぶとしめじのすまし汁 キウイフルーツ 麦茶	チーズ蒸しパン 飲むヨーグルト	納豆 さけ 淡色辛みそ 鶏卵 普通牛乳 プロセスチーズ ドリンクヨーグルト	精白米 マヨネーズ オリブ油 三温糖 調合油	ほうれんそう にんじん かぶ ほんしめじ 青ねぎ キウイフルーツ	乳児：446 幼児：558
2	木	牛乳	ご飯 照り焼きチキン かぼちゃのサラダ 麩と小松菜の味噌汁 バナナ 麦茶	うめ青のり おにぎり 麦茶	若鶏もも 赤色辛みそ	精白米 三温糖 片栗粉 調合油 マヨネーズ お麩 いりごま	たまねぎ くりかぼちゃ きゅうり こまつな バナナ しその葉 あおのり	乳児：512 幼児：639
3	金		憲法記念日					
4	土		みどりの日					
6	月		振替休日					
7	火	牛乳	たけのこごはん こいのぼりミートローフ 五色の和え物 にらと卵の味噌汁 バナナ 麦茶	柏餅風サンド 麦茶	油揚げ ぶたひき肉 普通牛乳 鶏卵 まぐろ油 漬缶詰 淡色辛みそ 生クリーム	精白米 調合油 パン粉 いりごま 三温糖 さつまいも 無塩バター	たけのこ水煮缶詰 さやえんどう たまねぎ にんじん コーン缶詰粒 グリンピース 水煮缶詰 トマトケチャップ ほうれんそう りょくとうもやし 乾ひじき にらバナナ	乳児：439 幼児：549
8	水	野菜ステック(さつまいも) 麦茶	とり南蛮うどん かぶのそぼろ煮 きゅうりとかにかまの酢の物 キウイフルーツ 麦茶	きなこバターサンド 飲むヨーグルト	若鶏もも 油揚げ ぶたひき肉 かにかまぼこ きな粉 ドリンクヨーグルト	ゆでうどん 調合油 三温糖 食パン 有塩バター 砂糖	長ねぎ えのきたけ 青ねぎ かぶ さやいんげん きゅうり 乾わかめ キウイフルーツ	乳児：451 幼児：564
9	木	牛乳	ご飯 ポークチャップ キャベツとちくわのソテー ごぼう・いんげん・油揚げの味噌汁 バナナ 麦茶	鮭チーズおにぎり 麦茶	ぶたロース 焼き竹輪 油揚げ 淡色辛みそ さけ プロセスチーズ	精白米 薄力粉 調合油 ごま油	たまねぎ ぶなしめじ トマトケチャップ キャベツ えのきたけ ごぼう さやいんげん バナナ	乳児：467 幼児：583
10	金	飲むヨーグルト	ご飯 あじのフライ(ソース) 棒々鶏サラダ チンゲン菜とまいたけの味噌汁 オレンジ 麦茶	お好み焼き 牛乳	あじ 鶏卵 鶏ささみ 甘みそ 淡色辛みそ ぶたひき肉 削り節 普通牛乳	精白米 薄力粉 パン粉 調合油 いりごま 三温糖 ながいも	りょくとうもやし きゅうり チンゲンサイ にんじん まいたけ オレンジ キャベツ 青ねぎ トマトケチャップ	乳児：490 幼児：613
11	土	牛乳	ご飯 もやしのつくね焼き ブロッコリーと人参のおかか 和え じゃがいもとわかめの味噌汁 バナナ 麦茶	おたのしみ おやつ 牛乳	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 削り節 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 パン粉 いりごま ごま油 三温糖 調合油 じゃがいも	りょくとうもやし プロッコリー にんじん たまねぎ 乾わかめ バナナ	乳児：450 幼児：563
13	月	飲むヨーグルト	ご飯 豚肉とほうれん草のカレー 和風コールスローサラダ 豆苗と卵のスープ オレンジ 麦茶	スイートパンプキン 牛乳	ぶたもも 削り節 鶏卵 普通牛乳 生クリーム	精白米 じゃがいも 調合油 ごま油 三温糖 いりごま 無塩バター	ほうれんそう たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり しその葉 トウモロコシ 青ねぎ オレンジ くりかぼちゃ	乳児：445 幼児：556
14	火	牛乳	ご飯 さばの味噌煮 ひじきと鶏肉の炒り煮 豆腐・えのき・人参の清汁 バナナ 麦茶	いりたまお かかおにぎり 麦茶	さば 淡色辛みそ 若鶏もも 木綿豆腐 鶏卵 かつお節	精白米 三温糖 調合油	しょうが にんじん ごぼう さやえんどう 乾ひじき えのきたけ 青ねぎ バナナ	乳児：423 幼児：529
15	水	食パン 麦茶	ご飯 チキンピカタ チーズポテト キャベツとスナップエンドウの味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	パインアップルパウンドケーキ 飲むヨーグルト	若鶏もも 鶏卵 パルメザンチーズ 油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳 ドリンクヨーグルト	精白米 薄力粉 調合油 じゃがいも 三温糖 無塩バター	パセリ トマトケチャップ キャベツ スナップえんどう たまねぎ キウイフルーツ パインアップル缶詰	乳児：472 幼児：590
16	木	牛乳	ラーメン チンゲン菜ともやしのナムル さつまいものきんぴら バナナ 麦茶	ツナ昆布おにぎり 麦茶	ぶたかたロース なるもと まぐろ油漬缶詰	三温糖 中華めん 調合油 いりごま ごま油 さつまいも 精白米	コーン缶詰粒 乾わかめ チンゲンサイ りょくとうもやし にんじん えのきたけ バナナ 刻み昆布	乳児：477 幼児：596
17	金	飲むヨーグルト	ご飯 豚肉の南部焼き ブロッコリーときのこソテー もやしとごぼうの味噌汁 オレンジ 麦茶	マカロニナポリタン 牛乳	ぶたロース 淡色辛みそ 若鶏ささみ 普通牛乳	精白米 薄力粉 調合油 三温糖 いりごま 有塩バター マカロニ オリブ油	にんじん たまねぎ プロッコリー ほんしめじ えのきたけ りょくとうもやし ごぼう 青ねぎ オレンジ トマトケチャップ	乳児：438 幼児：548
18	土	牛乳	ご飯 照り焼きチキン かぼちゃのサラダ 麩と小松菜の味噌汁 バナナ 麦茶	おたのしみ おやつ 牛乳	若鶏もも 赤色辛みそ 普通牛乳	精白米 三温糖 片栗粉 調合油 マヨネーズ お麩	たまねぎ くりかぼちゃ きゅうり こまつな バナナ	乳児：484 幼児：605

☆献立は都合により一部変更する場合があります。

20	月	飲むヨーグルト	ご飯 ポークチャップ キャベツとちくわのソテー ごぼう・いんげん・油揚げの味噌汁 オレンジ 麦茶	青のりフライドポテト 牛乳	ぶたロース 焼き竹輪 油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 薄力粉 調合油 ごま油 ジャガイモ	たまねぎ ぶなしめじ トマトケチャップ キャベツ えのきたけ ごぼう さやいんげん オレンジ あおのり	乳児：442 幼児：553
21	火	牛乳	納豆ご飯 さけのみそマヨネーズ焼き ほうれん草の彩りあえ かぶとしめじのすまし汁 バナナ 麦茶	いりこ菜飯 おにぎり 麦茶	納豆 さけ 淡色辛みそ 鶏卵 しらす干し	精白米 マヨネーズ オリーブ油 三温糖	ほうれんそう にんじん かぶ ほんしめじ 青ねぎ バナナ こまつな	乳児：475 幼児：594
22	水	野菜ステック(さつまいも) 麦茶	とり南蛮うどん かぶのそぼろ煮 きゅうりとかにかまの酢の物 キウイフルーツ 麦茶	フレンチトースト 飲むヨーグルト	若鶏もも 油揚げ ぶたひき肉 かにかまぼこ 鶏卵 普通牛乳 ドリンクヨーグルト	ゆでうどん 調合油 三温糖 食パン 有塩バター メープルシロップ	長ねぎ えのきたけ 青ねぎ かぶ さやいんげん きゅうり 乾わかめ キウイフルーツ	乳児：406 幼児：508
23	木	牛乳	ご飯 あじのフライ(ソース) 棒々鶏サラダ チンゲン菜とまいたけの味噌汁 バナナ 麦茶	ぶたひきにくときのこのおにぎり 麦茶	あじ 鶏卵 鶏ささみ 甘みそ 淡色辛みそ ぶたひき肉	精白米 薄力粉 パン粉 調合油 いりごま 三温糖	りょくとうもやし きゅうり チンゲンサイ にんじん まいたけ バナナ えのきたけ	乳児：457 幼児：571
24	金	飲むヨーグルト	チャーハン ユーリンチー ※ 春雨サラダ ウイナーとキャベツの中華スープ デコボン 麦茶	かぼちゃクッキー ぶどうジュース	鶏卵 ベーコン 若鶏もも ウイナーソーセージ	精白米 ごま油 薄力粉 片栗粉 調合油 三温糖 緑豆 はるさめ 有塩バター	長ねぎ たまねぎ にんじん しょうが きゅうり りょくとうもやし キャベツ でこぼん くりかぼちゃ ぶどうジュース	乳児：493 幼児：616
25	土	牛乳	ご飯 もやしのつくね焼き ブロッコリーと人参のおかか 和え ジャガイモとわかめの味噌汁 バナナ 麦茶	おたのしみ おやつ 牛乳	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 削り節 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 パン粉 いりごま ごま油 三温糖 調合油 ジャガイモ	りょくとうもやし プロッコリー にんじん たまねぎ 乾わかめ バナナ	乳児：450 幼児：563
27	月	飲むヨーグルト	ご飯 豚肉とほうれん草のカレー 和風コールスローサラダ 豆苗と卵のスープ オレンジ 麦茶	いそべあげ 風おにぎり 牛乳	ぶたもも 削り節 鶏卵 焼き竹輪 普通牛乳	精白米 ジャガイモ 調合油 ごま油 三温糖 いりごま	ほうれんそう たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり しその葉 トウモロコシ 青ねぎ オレンジ あおのり	乳児：485 幼児：606
28	火	牛乳	ご飯 さばの味噌煮 ひじきと鶏肉の炒り煮 豆腐・えのき・人参の清汁 バナナ 麦茶	焼きそば 麦茶	さば 淡色辛みそ 若鶏もも 木綿豆腐 ぶたひき肉 削り節	精白米 三温糖 調合油 中華めん ごま油	しょうが にんじん ごぼう さやえんどう 乾ひじき えのきたけ 青ねぎ バナナ たまねぎ りょくとうもやし トマトケチャップ	乳児：432 幼児：539
29	水	食パン 麦茶	ご飯 チキンピカタ チーズポテト キャベツとスナップエンドウの味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	キャロット ドーナツ 飲むヨーグルト	若鶏もも 鶏卵 パルメザンチーズ 油揚げ 淡色辛みそ 普通牛乳 ドリンクヨーグルト	精白米 薄力粉 調合油 ジャガイモ 三温糖	パセリ トマトケチャップ キャベツ スナップえんどう たまねぎ キウイフルーツ にんじん	乳児：472 幼児：590
30	木	牛乳	ラーメン チンゲン菜ともやしのナムル さつまいものきんぴら バナナ 麦茶	スティック パン 麦茶	ぶたかたロース なる と 鶏卵	三温糖 中華めん 調合油 いりごま ごま油 さつまいも スティックパン	コーン缶詰粒 乾わかめ チンゲンサイ りょくとうもやし にんじん えのきたけ バナナ	乳児：433 幼児：541
31	金	飲むヨーグルト	ご飯 豚肉の南部焼き ブロッコリーときのこソテー もやしとごぼうの味噌汁 オレンジ 麦茶	五平もち 牛乳	ぶたロース 淡色辛みそ 普通牛乳	精白米 薄力粉 調合油 三温糖 いりごま 有塩バター	にんじん たまねぎ プロッコリー ほんしめじ えのきたけ りょくとうもやし ごぼう 青ねぎ オレンジ	乳児：446 幼児：557



※世界の料理 国：中国 料理名：ユーリンチー

ユーリンチーとは、揚げた鶏肉に刻んだ長ねぎの入った甘酸っぱいたれが、かかっている料理です。日本では骨なしの鶏肉を使いますが、中国では骨付きの鶏肉で作る事が多いです。地域によって、鶏肉を素揚げにしたり、衣をつけたり違いが多少あります。

☆今月の平均給与栄養量☆乳児食

区分	エネルギー(g)	蛋白質(g)	脂肪(g)
今月の平均給与栄養量	504	21.3	16.9
保育園における食事摂取基準	488	16~24	11~16

☆今月の平均給与栄養量☆幼児食

区分	エネルギー(g)	蛋白質(g)	脂肪(g)
今月の平均給与栄養量	572	24.0	19.0
保育園における食事摂取基準	583	19~29	13~19

☆献立は都合により一部変更する場合があります。