



5月予定献立表

令和6年度

末広こども園

日	曜	行事予定	10時おやつ	お昼	15時おやつ	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g	体を作る食材	熱や力のもとになる食材	体の調子を整える食材	
1	水		牛乳	ソースカツ レンコンサラダ 胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	マカロニあべかわ	未 以	437 486	12.8 13.1	12 11.2	147 74	1.7 2.1	豚肉	ごま油	れんこん・ブロッコリー・にんじん・コーン きゅうり・昆布・だいこん・たまねぎ・えのき
2	木		牛乳	ハヤシライス コールスローサラダ オレンジ ゼリー	菜飯おにぎり	未 以	477 529	13.4 13.6	8.2 6.5	118 38	0.7 0.8	豚肉		たまねぎ・グリーンピース・マッシュルーム・にんにく キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン・オレンジ
3	金			建国記念の日										
4	土			みどりの日										
5	日			こどもの日										
6	月			振替休日										
7	火		牛乳	さばの生姜煮 もやしの中華サラダ オレンジ 味噌汁	ゆかりおにぎり	未 以	547 606	20.1 22.3	8.1 9.3	158 163	1.7 2	さば・ハム 豆腐	片栗粉 ごま	しょうが・もやし・きゅうり・オレンジ・なめこ 葉だいこん
8	水		牛乳	ポークチャップ シーザーサラダ 粉ふき芋 味噌汁	シュガートースト	未 以	494 551	15.9 17.2	16.7 17	133 56	2 2.2	豚肉 ベーコン	じゃがいも	にんじん・たまねぎ・ピーマン・にんにく・キャベツ コーン・きゅうり・パセリ・もずく・はくさい・こまつな
9	木	身体測定	牛乳	ローストチキン かみかみごぼうサラダ 切干大根カレー風味 味噌汁	たぬきうどん	未 以	423 470	17.6 19.7	12.6 12	148 76	2 2.3	鶏肉・さきいか 油揚げ	マヨネーズ さといも・ごま	たまねぎ・しょうが・にんにく・ごぼう・にんじん きゅうり・だいこん・しいたけ・チンゲン菜・えのき
10	金		牛乳	厚揚げそぼろ煮 バンバンジー かぼちゃおかか和え 味噌汁	コーンフレークミルク	未 以	497 554	19.2 20.9	15.1 15	322 293	2 2.3	生揚げ 鶏肉	片栗粉・ごま マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・もやし きゅうり・かぼちゃ・わかめ・しめじ・万能ねぎ
11	土		煎餅	パン パナナ	煎餅	未 以	328 362	8.7 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2			バナナ
12	日													
13	月		牛乳	豆入りドライカレー 鉄分サラダ グレープフルーツ 味噌汁	ヨーグルトースト	未 以	437 491	17.9 19.4	10.6 9.4	187 124	1.6 2	豚ひき肉・大豆 ハム・チーズ	片栗粉・ふ	たまねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・ひじき ほうれん草・グレープフルーツ・もやし・チンゲン菜
14	火	遠足ごっこ うめA	牛乳	豆腐のつくね焼き 五目ごま炒め もやしとコーンのお浸し 味噌汁	ゼリー 煎餅	未 以	449 494	16.7 17.7	9.9 8.4	192 130	1.3 1.4	豆腐・鶏ひき肉 豚肉	パン粉・ごま はるさめ	たまねぎ・にんじん・キャベツ・チンゲン菜・もやし きゅうり・コーン・だいこん・ほうれん草・しめじ
15	水	避難訓練	牛乳	たらの甘酢あん イタリアンサラダ 刻み昆布煮 味噌汁	五平もち	未 以	450 496	14.9 15.7	13.4 12.9	195 134	1.5 1.8	たら・生揚げ 油揚げ・さつま揚げ	ごま油	ブロッコリー・にんじん・きゅうり・コーン 昆布・たまねぎ・キャベツ
16	木	遠足ごっこ うめB	牛乳	甘辛チキン ピーフンソテー 華風胡瓜 味噌汁	おかずマフィン	未 以	570 645	18.4 20	12.4 11.7	121 42	2 2.3	鶏肉 さつま揚げ	ピーフン・ごま ごま油	にんにく・パセリ・にんじん・たまねぎ・ピーマン きゅうり・なめこ・こまつな・わかめ
17	金		牛乳	びっくりソーセイ煮 パスタサラダ バナナ 味噌汁	黒糖蒸しパン	未 以	484 538	14.1 14.6	11.3 10.4	170 103	2 2.2	ウインナー	じゃがいも スパゲッティ	たまねぎ・キャベツ・にんじん・にんにく・きゅうり コーン・もずく・はくさい・えのき
18	土		煎餅	パン パナナ	煎餅	未 以	327 362	8.8 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2			バナナ
19	日													
20	月		牛乳	鶏の竜田焼き カラフルサラダ パナナ 味噌汁	カレー風味おにぎり	未 以	541 609	19.4 20.8	15.5 15.4	130 52	1.5 1.9	鶏肉・ハム 油揚げ	片栗粉 さといも	しょうが・にんにく・ブロッコリー・にんじん コーン・万能ねぎ
21	火	おやつ試食会 うめA	牛乳	肉じゃが 栄養納豆 わかめサラダ 味噌汁	豆腐ドーナツ	未 以	487 542	16 16.8	14.6 14.5	200 140	2 2.1	豚肉・納豆 豚ひき肉	じゃがいも しらたき	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・ブロッコリー コーン・わかめ・こまつな・えのき・もずく
22	水		牛乳	豆腐の中華煮 さつまいもサラダ ツナ大根 味噌汁	焼きそば	未 以	463 512	17.1 18.3	12.3 11.7	209 151	2 2.2	豆腐・豚肉 チーズ・ツナ	ごま油・さつまいも マヨネーズ・ごま・ふ	にんじん・はくさい・たけのこ・チンゲン菜・エリンギ にんにく・コーン・きゅうり・だいこん・だいこん葉・わかめ
23	木	おやつ試食会 うめB	牛乳	ポークピカタ もやしナムル 金平ごぼう 味噌汁	きなこトースト	未 以	490 546	19 20.5	17.2 17.8	166 98	1.3 1.7	豚肉・卵 さつま揚げ	ごま油 ごま	もやし・にんじん・コーン・ほうれん草・ごぼう たまねぎ・はくさい・しめじ
24	金		牛乳	アジの香味焼き マカロニサラダ オレンジ 味噌汁	チーズ蒸しパン	未 以	467 516	18.4 19.9	11 9.9	245 196	2 2.1	あじ・ハム 豆腐	ごま油・マカロニ マヨネーズ	にんにく・しょうが・万能ねぎ・にんじん・きゅうり オレンジ・なめこ・だいこん
25	土		煎餅	パン パナナ	ベジたべる	未 以	206 362	4.6 10.7	2.4 8.1	31 62	0.6 1.2			バナナ
26	日													
27	月		牛乳	野菜肉みそ ブロッコリーサラダ 厚揚げ煮 味噌汁	いちごヨーグルト 蒸しパン	未 以	426 465	15.8 17.1	8.8 7.1	198 138	1.8 2.1	豚ひき肉・ツナ 生揚げ	ごま油 片栗粉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ブロッコリー きゅうり・コーン・もずく・チンゲン菜・わかめ
28	火	おやつ試食会 きくA	牛乳	鶏のパン粉焼き 韓国風サラダ オレンジ 味噌汁	きなこ揚げパン	未 以	522 586	18.4 19.9	20.5 21.7	145 71	1.8 2.2	鶏肉	パン粉・ごま油 マヨネーズ	キャベツ・にんじん・もやし・きゅうり・コーン オレンジ・えのき・たまねぎ・ほうれん草
29	水		牛乳	さわらのごまみそ焼き ジャーマンポテト ひじき煮 味噌汁	わかめおにぎり	未 以	495 588	15.9 17.1	14.1 13.8	129 52	1.1 1.5	さわら・生揚げ・大豆 ベーコン・さつま揚げ	ごま油・じゃがいも こんにゃく	たまねぎ・ピーマン・ひじき・だいこん・しめじ
30	木	おやつ試食会 きくB	牛乳	麻婆豆腐 春雨サラダ かぼちゃ煮 味噌汁	ぼうしパン	未 以	535 638	15.5 16.9	16.5 16.7	243 195	2 2.1	豆腐・豚ひき肉 油揚げ・ハム	片栗粉・ごま ごま油・はるさめ	たまねぎ・にんじん・エリンギ・しょうが・にんにく きゅうり・かぼちゃ・だいこん葉・はくさい
31	金		牛乳	ハンバーグ グリーンサラダ パナナ コーンスープ	ベジたべる	未 以	398 431	16.3 17.2	9 7.4	148 75	1.2 1.5	豚ひき肉・卵 鶏ひき肉・牛乳	パン粉	たまねぎ・キャベツ・きゅうり・カリフラワー ブロッコリー・バナナ・コーン



* 材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。



令和6年度

5月 予定献立表

末広こども園 離乳食

日	曜	行事予定	主食	お昼	後期	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	15時おやつ	使用食材
1	水		おかゆ	味噌汁 だいこんのトロトロ煮	たら	120	2	0.1	0.1	マカロニしょうゆ煮	だいこん・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー
2	木		おかゆ	味噌汁 にんじんやわらか煮 オレンジ	鶏ささみ	121	2.2	0.1	0.1	おかゆ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・さつまいも・オレンジ
3	金			建国記念の日							
4	土			みどりの日							
5	日			こどもの日							
6	月			振替休日							
7	火		おかゆ	味噌汁 豆腐のふわふわ煮 オレンジ	豆腐	122	2.1	0.1	0.1	おかゆ	にんじん・こまつな・じゃがいも・ブロッコリー・オレンジ
8	水		おかゆ	味噌汁 魚と野菜の煮物	たら	120	2	0.1	0.1	食パン	はくさい・じゃがいも・たまねぎ・キャベツ
9	木	身体測定	おかゆ	味噌汁 ほうれん草のくたくた煮	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	煮込みうどん	さといも・たまねぎ・にんじん・ほうれん草
10	金		おかゆ	味噌汁 かぼちゃの甘煮	たら	120	2.1	0.1	0.1	さつま芋煮	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ・チンゲン菜
11	土		パンがゆ	バナナ		121	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
12	日										
13	月		おかゆ	味噌汁 チンゲン菜の煮浸し	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	食パン	チンゲン菜・ひじき・にんじん・さつまいも
14	火	遠足ごっこ うめA	おかゆ	味噌汁 キャベツのやわらか煮	豆腐	122	2	0.1	0.1	ハイハイ	だいこん・ほうれん草・キャベツ・にんじん
15	水	避難訓練	おかゆ	味噌汁 ブロッコリーのコトコト煮	たら	120	2	0.1	0.1	おかゆ	たまねぎ・キャベツ・ブロッコリー・にんじん
16	木	遠足ごっこ うめB	おかゆ	味噌汁 鶏とかぼちゃの煮物	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	ブロッコリー煮	こまつな・たまねぎ・にんじん・かぼちゃ
17	金		おかゆ	味噌汁 はくさいのトロトロ煮 バナナ	たら	120	2.1	0.1	0.1	じゃがいも煮	はくさい・キャベツ・たまねぎ・にんじん・バナナ
18	土		パンがゆ	バナナ		121	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
19	日										
20	月		おかゆ	味噌汁 さといものほくほく煮 バナナ	鶏ささみ	121	2	0.1	0.1	おかゆ	さといも・ブロッコリー・にんじん・こまつな・バナナ
21	火	おやつ試食会 うめA	おかゆ	味噌汁 赤ちゃん納豆	納豆	122	2.1	0.1	0.1	かぼちゃ煮	にんじん・たまねぎ・さつまいも・だいこん
22	水		おかゆ	味噌汁 豆腐のやわらか煮	豆腐	122	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	こまつな・にんじん・たまねぎ・じゃがいも
23	木	おやつ試食会 うめB	おかゆ	味噌汁 かぼちゃのほっこり煮	たら	121	2.2	0.1	0.1	食パン	たまねぎ・はくさい・にんじん・かぼちゃ
24	金		おかゆ	味噌汁 じゃがいものコトコト煮 オレンジ	豆腐	121	2.2	0.1	0.1	ほうれん草煮	だいこん・にんじん・じゃがいも・ブロッコリー・オレンジ
25	土		パンがゆ	バナナ		120	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
26	日										
27	月		おかゆ	味噌汁 たらと青菜の煮物	たら	121	2.2	0.1	0.1	さつま芋煮	チンゲン菜・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー
28	火	おやつ試食会 きくA	おかゆ	味噌汁 ささみのポパイ煮 オレンジ	鶏ささみ	122	2	0.1	0.1	ハイハイ	たまねぎ・にんじん・たまねぎ・ほうれん草・オレンジ
29	水		おかゆ	味噌汁 たらやわらか煮	たら	121	2.1	0.1	0.1	おかゆ	だいこん・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
30	木	おやつ試食会 きくB	おかゆ	味噌汁 豆腐とかぼちゃのほくほく煮	豆腐	120	2.1	0.1	0.1	ブロッコリー煮	はくさい・にんじん・たまねぎ・かぼちゃ
31	金		おかゆ	味噌汁 キャベツのお浸し バナナ	鶏ささみ	121	2	0.1	0.1	ハイハイ	キャベツ・たまねぎ・ブロッコリー・さつまいも・バナナ



*材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。