



# 5月

# 献立表

令和7年4月30日  
新堀保育園

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9時15分おやつ ○は午後おやつ)				9時15分おやつ	3時おやつ
			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		
1木	白身魚のトマトソースがけ、コーンポテト、ゼリー、みそ汁	258.4(392.8) 16.3(17.7) 8.5(7.8) 1.7(1.4)	じゃがいも、薄力粉、サラダ油、胚芽米	○牛乳、カレイ、米みそ、薄揚げ、○ホイップクリーム、いわし	国産りんごゼリー、キャベツ、もやし、とうもろこし、ホールトマト、にんじん、たまねぎ、にんにく、○バナナ	ケチャップ、食塩、こしょう	バナナ	ココアプリン
2金	<b>子どもの日献立</b> こいのぼりカレー おひたし、バナナ、牛乳	572.4(535.5) 18.5(15.5) 18.3(15.1) 1.8(1.5)	白ご飯、サラダ油	牛乳、豚ひき肉、焼くわ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、ホールトマト、ピーマン、にんにく、しょうが、○幼児りんごジュース	カレーウ、しょうゆ	りんごジュース	麦茶 たい焼き
7水	鮭のしょうゆ漬け焼き、ひじきの炒め煮、ジュシーフルーツ、みそ汁	181.1(340.2) 15.0(17.0) 5.6(7.4) 2.0(1.8)	しらたき、サラダ油、砂糖、胚芽米	鮭生切身、○フレンチヨーグルト、さつま揚げ、米みそ、芽ひじき 国産乾燥、いわし	ジュシーフルーツ、ほうれんそう、○バナナ、たまねぎ、○白椎茸、○みかん缶、にんじん、いんげん	しょうゆ、酒	星たべよ	フルーツヨーグルト
8木	ガーリックチキン、ツナサラダ、ふりかけ、フルーツ野菜ゼリー、みそ汁	289.2(415.8) 17.5(19.1) 13.0(11.2) 1.9(1.6)	焼餅、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉、ツナフレーク缶、米みそ、生わかめ、いわし	フルーツ野菜ゼリー、キャベツ、にんじん、きゅうり、ねぎ、にんにく、○バナナ	酒、米酢、食塩、こしょう、パセリ粉	バナナ	牛乳 よもぎクッキー
9金	スパニッシュオムレツ、フレンチサラダ、りんご、すこやかふりかけ、コンソメスープ	334.7(486.1) 12.7(14.5) 12.4(10.9) 1.9(1.8)	○白ご飯、じゃがいも、サラダ油、○炒りごま、ごま油、胚芽米	卵、ベーコンスライス、ピザ用シュレッドチーズ、○かつお節はさい	りんご、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、にんじん、きゅうり、とうもろこし	ケチャップ、○しょうゆ、コンソメ、米酢、食塩、こしょう	ハッピーターン	麦茶 焼きおにぎり
10土	フルコギ丼、麦茶	195.1(305.1) 9.7(10.5) 8.3(8.1) 0.6(0.5)	はるさめ、砂糖、サラダ油、片栗粉、炒りごま、胚芽米	豚もも肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	しょうゆ		
12月	鶏肉のマーマレード焼き、しょうゆフレンチ、ふりかけ、バナナ、かきたまスープ	393.0(434.4) 23.9(21.8) 15.3(12.5) 2.7(2.0)	○食パン、サラダ油、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉、豆腐、卵、○ピザ用シュレッドチーズ、○ローズハムスライス	バナナ、もやし、とうもろこし、チンゲンサイ、きゅうり、マーマレード、にんじん、○たまねぎ、○ピーマン、にんにく、しょうが	○ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、酢、食塩、食塩、こしょう	ミニゼリー	牛乳 ピザトースト
13火	コロケ、ごま和え、ヨーグルト、すこやかふりかけ、みそ汁	338.9(467.7) 15.1(15.8) 11.4(12.0) 2.0(1.7)	じゃがいも、パン粉、揚げ油、薄力粉、すりごま、○砂糖、砂糖、胚芽米	ヨーグルト、厚揚げ、豚ひき肉、米みそ、生わかめ、いわし	ヨーグルト、厚揚げ、豚ひき肉、米みそ、生わかめ、いわし	中濃ソース、しょうゆ	ソフトサラダ せんべい	フルーツポンチ
14水	さばのみそ焼き、ふきの炒め煮、バナナ、すまし汁	311.0(532.8) 16.6(20.2) 16.8(19.4) 1.9(1.8)	しらたき、焼餅、サラダ油、砂糖、胚芽米	○牛乳、さば生、さつま揚げ、米みそ、さば節、ごんぶ	バナナ、ふき水煮・国産、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、みりん、昆布だし汁、清酒、食塩	動物ビスケット	牛乳 源氏パイ
15木	焼き餃子、うどと豚肉の炒め物、ジュシーフルーツ、みそ汁	401.4(474.9) 17.5(16.6) 21.0(17.3) 2.4(1.7)	じゃがいも、○ホットケーキミックス、しらたき、○メープルシロップ、○砂糖、砂糖、ごま油、胚芽米	○牛乳、豚肩ロース、○卵、○無塩バター、米みそ、生わかめ、○牛乳調理、煮干し	ジュシーフルーツ、もやし、にんじん、たまねぎ、うど、ねぎ、にんにく、○バナナ	しょうゆ、酒、食塩、こしょう	バナナ	牛乳 手作りマドレーヌ
16金	<b>酒田祭り献立</b> ますのあんかけ、にらのおひたし、ぶどうゼリー、ふりかけ、たけのこ入りみそ汁	385.6(528.7) 22.1(21.8) 16.2(15.8) 2.5(2.1)	じゃがいも、パン粉、揚げ油、薄力粉、すりごま、○砂糖、砂糖、胚芽米	○牛乳、マス生切身、豚もも肉、厚揚げ、米みそ、いわし	もやし、たけのこ、にら、にんじん、しいたけ、○バナナ	しょうゆ、酒	ハッピーターン	牛乳 ムーンライト
17土	ポークカレー、麦茶	240.1(343.4) 9.2(10.1) 12.2(11.1) 1.5(1.2)	じゃがいも、サラダ油、胚芽米	豚もも肉、牛乳調理	たまねぎ、にんじん	カレーウ		
19月	擬製豆腐、ちくわ入りおひたし、りんごゼリー、すこやかふりかけ、根菜汁	315.7(475.2) 17.5(18.1) 9.7(11.3) 2.3(2.0)	○純米せんべい、砂糖、サラダ油、胚芽米	豆腐、卵、豚ひき肉、米みそ、ちくわ、煮干し	国産りんごゼリー、だいごん、キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、たまねぎ、笹かきほう、ねぎ、しいたけ	しょうゆ	ビスコ	ジョア 純米せんべい
20火	肉じゃが、チーズ納豆、ジュシーフルーツ、みそ汁	419.0(532.4) 21.7(20.9) 22.5(19.9) 2.4(2.0)	じゃがいも、しらたき、○砂糖、砂糖、サラダ油、胚芽米	○牛乳、豚もも肉、ひきわり納豆、チーズ、米みそ、薄揚げ、煮干し、ごんぶ	ジュシーフルーツ、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しめじ、○幼児ぶどうジュース	しょうゆ、みりん	ぶどうジュース	牛乳 ココアパイ
21水	<b>親子遠足</b> 未満児のみ 麻婆豆腐、サラダゼリー、中華スープ	0.0(400.8) 0.0(14.5) 0.0(20.0) 0.0(2.3)	胚芽米、片栗粉、砂糖、サラダ油、○味しらべ	米みそ、豚ひき肉、豆腐、生わかめ、ローズハムスライス	とうもろこし、もやし、○バナナ、ねぎ、にんにく、にんじん、しょうが、きゅうり、キャベツ	米酢、豆板醤、中華だしの素、食塩、しょうゆ、こしょう	バナナ	麦茶 味しらべ
22木	鶏肉のバーベキューソース、パスタソテー、元気ヨーグルト、コンソメスープ	290.4(429.3) 14.9(17.2) 10.7(11.1) 2.0(1.8)	マカロニ、揚げ油、片栗粉、サラダ油、砂糖、胚芽米	ヨーグルト、鶏もも肉、ベーコンスライス	たまねぎ、とうもろこし、ほうれんそう、しめじ、にんじん、りんご、ねぎ	しょうゆ、米酢、コンソメ、食塩、こしょう	アスパラガス ビスケット	麦茶 ぼたぼた焼き
23金	豚肉の生姜焼き、小松菜のしらすサラダ、ジュシーフルーツ、みそ汁	368.4(483.1) 18.8(18.8) 18.0(16.1) 2.3(1.8)	○ホットケーキミックス、○砂糖、焼餅、サラダ油、ごま油、砂糖、胚芽米	○牛乳、豚肩ローススライス、○牛乳、○卵、米みそ、生わかめ、しらす干し、煮干し、○無塩バター	たまねぎ、ごまつな、ジュシーフルーツ、だいごん、キャベツ、○にんじん、とうもろこし、しょうが、○バナナ	しょうゆ、酒、酢	バナナ	牛乳 キャロットケーキ
24土	豚みそ丼、麦茶	229.3(342.1) 11.5(12.2) 7.2(6.9) 1.4(1.1)	砂糖、片栗粉、サラダ油、胚芽米	豚もも肉、米みそ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、しめじ	酒、中華だしの素、豆板醤		
26月	酢豚風、春雨サラダ、フリン、中華スープ	354.5(486.5) 19.1(19.1) 17.0(15.8) 2.2(1.8)	○食パン、はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油、胚芽米	○牛乳、豚もも肉、○フローズンホイップ、ローズハムスライス	もやし、きゅうり、たまねぎ、たけのこ、にんじん、いちご、○白椎茸、○みかん缶、ピーマン、ねぎ、しめじ、しょうが、○幼児りんごジュース	ケチャップ、しょうゆ、米酢、酢、中華だしの素、酒、食塩、こしょう	りんごジュース	牛乳 フルーツサンド
27火	鶏のパン粉焼き、ひじきサラダ、ヨーグルト、みそ汁	221.4(357.8) 17.3(17.9) 10.9(10.3) 1.6(1.3)	パン粉、マヨネーズ、サラダ油、すりごま、○チョイスビスケット、胚芽米	カルシウムヨーグルト、鶏もも肉、厚揚げ、米みそ、煮干し、芽ひじき	キャベツ、にんじん、ごまつな、きゅうり、えのきたけ、パセリ、にんにく、○バナナ	白ワイン、しょうゆ、食塩、こしょう	バナナ	麦茶 チョイスビスケット
28水	<b>誕生会献立</b> セルフハンバーガー、フライドポテト、コーンスロー、セレクトゼリー、コーンスープ	602.6(497.5) 18.5(14.5) 24.0(20.8) 1.2(1.1)	パンパン、フレンチフライドポテト、サラダ油、パン粉、揚げ油	豚ひき肉	たまねぎ、キャベツ、とうもろこし、きゅうり、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、酢、食塩、食塩、こしょう	オランダせんべい	麦茶 誕生会デザート
29木	鮭のムニエル、洋風きんぴら、バナナ、みそ汁	201.8(366.2) 14.1(16.4) 8.2(9.3) 1.4(1.2)	しらたき、薄力粉、サラダ油、焼餅、砂糖、胚芽米	鮭生切身、米みそ、ベーコンスライス、煮干し、無塩バター	バナナ、笹かきほう、ほうれんそう、にんじん、ピーマン、しめじ、パセリ	しょうゆ、酒、食塩、こしょう	ビスケット	ソフトフルーツ レーン味
30金	チキン竜田、磯香和え、りんご、みそ汁	259.2(392.5) 14.9(16.5) 11.1(10.9) 2.0(1.7)	○薄力粉、揚げ油、○片栗粉、片栗粉、○サラダ油、○砂糖、胚芽米	鶏もも肉、豆腐、米みそ、○ピザ用シュレッドチーズ、煮干し、刻みのみり	りんご、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ねぎ、○ねぎ、○にんじん、しょうが、○バナナ	しょうゆ、○しょうゆ、○酢、酒	バナナ	麦茶 チーズ千切り
31土	五目あんかけ丼、麦茶	175.3(293.9) 8.8(9.7) 7.5(7.7) 1.2(1.0)	○ハッピーターン、片栗粉、胚芽米	豚もも肉	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しいたけ	しょうゆ、みりん、中華だし		

※食材の納品状況により、献立が変更になる場合があります。  
 ※緑色の字は、手作りおやつです。  
 ※オレンジ色の字は完全給食の日です。  
 ※スプーンの方が食べやすい献立に、 (スプーン)のマークが付いています。