

令和6年 5月献立表

日付	曜	乳幼児献立	12歳児午前		1〜5歳児午後		夕食			主食材料			栄養価	
			献立名	おやつ	おやつ	献立名	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの	献力になるもの
1	15/29	水	①ご飯 ②みそ汁(わかめ・長ねぎ) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	牛乳	①お粥のきなこラスク ②牛乳	フライドポテト	米・じゃが芋 油・バター エッグケア お麩・きなこ フライドポテト	豚肉 牛乳 みそ	わかめ・長ねぎ もやし・人参 生姜・胡瓜 玉ねぎ コーン	693kcal 21.8g 32.2g				
2	30	木	①ドライカレー ②みそ汁(玉ねぎ・えのき) ④チンゲン菜の和え物 ⑤フルーツ	りんごジュース	②2日こどもの日おやつ ③30日プリン ⑥牛乳	焼きうどん	バター・カレールフ エッグケア・ごま油 油・米・2日じゃが芋 2日卵焼きの皮・うどん 30日プリンの素	豚肉 牛乳 みそ 2日ツナ かつお節	人参・ピーマン レーズン・えのき 玉ねぎ・胡瓜 キャベツ チンゲン菜	894kcal 27.4g 33.7g				
	17/31	金	①ライ麦パン ②スープ(キャベツ・コーン) ③ポークビーンズ ④ブロッコリー ⑤フルーツ	マンナ	①五目ご飯 ⑥麦茶	ゆかりおにぎり	ライ麦パン・米 じゃが芋 油 ごま	豚肉・鶏肉 大豆 油揚げ	キャベツ・人参 玉ねぎ・コーン ブロッコリー ゆかりご飯の素 干椎茸・ごぼう	532kcal 17.1g 10.9g				
	18	土	①けんちんうどん ④ふかし芋 ⑤フルーツ	クラッカー	①かやくおにぎり ⑥りんごジュース	菜飯おにぎり	うどん さつまいも 米 ごま	豚肉・鶏肉 豆腐	人参・ごぼう 大根・万能ねぎ 椎茸・ひじき 菜飯ご飯の素 みつば	604kcal 14.8g 5.9g				
	20	月	①ご飯 ②みそ汁(大根・万能ねぎ) ③豚肉の彩り野菜炒め ④ビーフンサラダ ⑤フルーツ	マンナ	①きなこクッキー ⑥牛乳	ゆかりおにぎり	米・ごま 小麦粉・油 ビーフン バター・きなこ エッグケア	豚肉・みそ 牛乳	大根・ピーマン・にんにく キャベツ・人参・胡瓜 玉ねぎ・コーン・生姜 ゆかりご飯の素 パプリカ・万能ねぎ	726kcal 21.3g 26.6g				
7	21	火	①ご飯 ②揚げ汁(春雨・みつば) ③カレーのごま焼き ④じゃが芋とアスパラ炒め ⑤フルーツ	クラッカー	①いちごのフルーチェ ⑥りんごジュース	わかめおにぎり	米・油・ごま油 ごま・春雨 フルーチェ じゃが芋	カレー 牛乳 ベーコン	人参 玉ねぎ・みつば いちご 炊き込みわかめ アスパラ	580kcal 16.5g 7.6g				
8	22	水	①ピピン丼 ②みそ汁(玉ねぎ・わかめ) ④切干大根のナムル ⑤フルーツ	牛乳	①クラッカーサンド 22日と6組クッキング ⑥牛乳	フライドポテト	米 フライドポテト ごま・いちごジャム ごま油 クラッカー	豚肉 みそ 牛乳 ホイップクリーム	玉ねぎ・わかめ 切干大根 胡瓜・もやし みかん缶 人参・にら	631kcal 19.1g 25.7g				
9	23	木	①ごましおご飯 ②みそ汁(油揚げ・長ねぎ) ③☆ひきずり ④キャベツのゆかり和え ⑤フルーツ	牛乳	①☆小倉トースト ⑥牛乳	鮭チャーハン	米・しらたき じゃが芋・油 油・ごま・バター 食パン・小豆	鶏肉 牛乳 油揚げ・みそ 豆腐 鮭	長ねぎ・南瓜 玉ねぎ・人参 キャベツ・白菜 胡瓜・万能ねぎ	748kcal 23.7g 17.3g				
10	24	金	①ミートソースパスタ ②スープ(もやし・万能ねぎ) ④ブロッコリーとツナのサラダ ⑤フルーツ	ヨーグルト	①ひじきチャーハン ⑥牛乳	わかめおにぎり	米 パスタ 油・ごま油 ごま	豚肉 牛乳 ツナ	玉ねぎ・人参・ひじき ピーマン・コーン もやし・万能ねぎ ブロッコリー・キャベツ 炊き込みわかめ	648kcal 23.7g 17.3g				
11	25	土	①みそもやしラーメン ③じゃが芋のカレーソテー ⑤フルーツ	クラッカー	①混ぜ込みみり ⑥りんごジュース	ごましおおにぎり	中華麺 油・ごま油 じゃが芋 カレー粉 米・ごま	豚肉 みそ・油揚げ ウィンナー	もやし・キャベツ にら・人参 長ねぎ・コーン 玉ねぎ ピーマン	646kcal 17.9g 14.8g				
13	27	月	①ご飯 ②☆みそ汁(白菜・万能ねぎ) ③唐揚げ ④人参サラダ ⑤フルーツ	マンナ	①マーブル蒸しパン ⑥牛乳	菜飯おにぎり	米・油 ホットケーキミックス ごま	鶏肉・みそ 牛乳	万能ねぎ・パセリ 生姜・もやし ブルーベリージャム 菜飯ご飯の素 白菜・人参	651kcal 20.2g 17.8g				
14	28	火	①ご飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③鮭フライ ④小松菜の干草和え ⑤フルーツ	牛乳	①南瓜のしっとりケーキ ⑥牛乳	ごましおおにぎり	米・油 ベーキングパウダー 小麦粉・バター パン粉 ごま・しらたき	鮭 みそ 牛乳 卵 油揚げ	みつば 人参 なめこ 小松菜 南瓜・もやし	656kcal 25.2g 18.3g				

☆お楽しみ給食☆

16		木	①ハヤシライス ②モグちゃん野菜スープ ④ブロッコリーと南瓜ソテー ⑤フルーツ	牛乳	①ケーキ ⑥牛乳	菜飯おにぎり	米・パン粉 ケーキ・バター 油・ごま 小麦粉 ハヤシブレイク	ウィンナー・豚肉 牛乳 ホイップクリーム ベーコン	菜飯ご飯の素・人参 玉ねぎ・トマト キャベツ・グリーンピース ブロッコリー・南瓜 マッシュルーム	833kcal 25.3g 30.6g
----	--	---	--	----	-------------	--------	--	------------------------------------	--	---------------------------

☆……今月の郷土料理は愛知県のみきずりと小倉トースト(9日・23日)です。

★……今月のみそは長野県のみそ(13日・27日)です。

※材料の都合により献立を変更することがあります。

※栄養価は夕補充も含まれています。