

5月給食献立表(幼児食)

令和7年5月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土		
日付	<input checked="" type="checkbox"/> みどりの 栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。		<input checked="" type="checkbox"/> あかの 栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。		<input checked="" type="checkbox"/> きいろの 栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。		<input checked="" type="checkbox"/> しろの 栄養 かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。	
昼食			1日 ごはん 豚肉のしぐれ煮 ポテトサラダ みそ汁 フルーツ		☆ホール給食☆ 2日 おいなりさん もちもち青のりポテト シーフードサラダ すまし汁 フルーツポンチゼリー		3日	
午後のおやつ			お菓子 牛乳		おやつバイキング 牛乳		憲法記念日	
食材			米・豚肉・白滝・ごぼう・生姜・魚 肉ソーセージ・きゅうり・人参・ じゃが芋・わかめ・えのき		米・もちもち青のりポテト(冷 凍)・エビ・パプリカ・きゅうり・ レタス・花枝・葱			

日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	こどもの日		サンドウィッチ メンチカツ トマト コーンスープ ゼリー	ごはん 鱈のコーンマヨ焼き 納豆和え みそ汁 フルーツ	中華丼 即席漬け 春雨スープ フルーツ	鮭とほうれん草の クリームパスタ ココロポテト スープ フルーツ
午後のおやつ	振替休日		わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	メーブルバナナフィン 牛乳	お菓子 麦茶
食材			食パン・コーン・きゅうり・ レタス・ハム・メンチカツ(冷凍)・ トマト	米・鱈・コーン・納豆・ ほうれん草・もやし・人 参・なす	米・椎茸・青梗菜・葱・きくらげ・ 豚肉・エビ・人参・白菜・キャベ ツ・かぶ・かぶ菜・春雨・わかめ・ 玉ねぎ	パスタ・鮭・ほうれん 草・じゃが芋・玉ね ぎ・もやし

日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	ごはん バタ味噌肉じゃが ゆかり和え すまし汁 フルーツ	ごはん 鯖の塩焼き ひじき煮 みそ汁 ゼリー	味噌ラーメン わかめとしらすの カリカリサラダ ヨーグルト	ごはん タンドリーチキン 青梗菜のコーン和え みそ汁 フルーツ	エビピラフ マカロニサラダ ブロッコリー スープ フルーツ	わかめうどん たたききゅうり フルーツ
午後のおやつ	さつまきなこ 牛乳	しっとりチョコ 牛乳	青のりおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	フルーツサンド 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米・豚肉・じゃが芋・玉 ねぎ・人参・キャベツ・ きゅうり・大根・かぶ・ かぶ菜	米・鯖・いんげん・ちく わ・白滝・人参・ひじ き・大豆・にら・えのき	中華麺・コーン・もやし し・玉ねぎ・豚肉・枝 豆・しらす・油揚げ・ト マト・わかめ	米・鶏肉・青梗菜・ コーン・ハム・人参・ キャベツ	米・エビ・人参・玉ねぎ・グリーン ピース・マカロニ・ハム・コーン・ きゅうり・ブロッコリー	うどん・わかめ・鶏肉・ ほうれん草・揚げ玉・玉 ねぎ・きゅうり・パプリ カ

日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	ごはん 鮭のポテトクリーム焼き 五目きんぴら みそ汁 フルーツ	ごはん 鶏肉の照りマヨ焼き 五色和え みそ汁 フルーツ	ナポリタン ナゲット スティック大根 スープ ヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き おかか和え みそ汁 ゼリー	ハヤシライス 豆と根菜のサラダ スープ フルーツ	塩ラーメン さつま芋の バター和え フルーツ
午後のおやつ	メーブルクッキー 牛乳	カルピスゼリー 麦茶	鮭おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	チーズ里芋もち 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米・鮭・玉ねぎ・じゃが芋・コーン クリーム缶・いんげん・白滝・蓮 根・人参・ごぼう・ほうれん草	米・鶏肉・玉ねぎ・大 根・人参・ハム・コー ン・ほうれん草・もやし	パスタ・ピーマン・玉ね ぎ・ベーコン・ナゲット (冷凍)・大根・コー ン・わかめ	米・豚肉・玉ねぎ・生 姜・もやし・人参・いん げん・青梗菜・えのき	米・玉ねぎ・人参・豚肉・じゃが 芋・ツナ・枝豆・大豆・コーン・蓮 根・ごぼう・青梗菜・干し椎茸	中華麺・ほうれん草・ 人参・もやし・豚肉・ さつま芋

日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	カレーうどん スナッペンどう やみつきちくわ ヨーグルト	ごはん 小松菜チキンバーグ もやしナムル スープ フルーツ	カニクリームトースト ミートボール コロコロサラダ スープ フルーツ	ごはん 煮魚 ごまあえ みそ汁 ゼリー	納豆ごはん 中華風ポテトサラダ 炒め野菜のみそ汁 フルーツ	焼きそば しゅうまい わかめスープ フルーツ
午後のおやつ	おはぎ 麦茶	いちごムース 麦茶	揚げだんご 麦茶	お菓子 牛乳	野菜ポッキー 牛乳	お菓子 麦茶
食材	うどん・葱・人参・鶏肉・玉ねぎ・ 干し椎茸・スナッペンどう・ちく わ・ピーマン	米・小松菜・鶏肉・人 参・ほうれん草・もやし し・わかめ・かにかま・ えのき	食パン・かにかま・ミ ートボール(冷凍)・トマ ト・きゅうり・ちくわ・ 大根	米・カレー・ほうれん 草・人参・もやし・こ ま・なめこ・葱	米・納豆・チーズ・じゃが芋・きゅ うり・わかめ・かにかま・キャベ ツ・ごぼう・玉ねぎ・干し椎茸	中華麺・豚肉・玉ねぎ・ キャベツ・人参・もやし し・しゅうまい(冷 凍)・わかめ

