

# 5月の献立表



かもめ幼稚園

令和6年

日にち	曜日	献立	使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
1	水	ご飯 シューマイとブロッコリー 切り干し大根のごまサラダ わかめスープ	米 シューマイ ブロッコリー ひじき 切り干し大根 人参 わかめ ほうれん草	お茶 ルヴァンクッキー	牛乳 お野菜チップス
2	木	かやくうどん ちくわの磯部揚げ パナナ	うどん 豚小間 ごぼうさがき 白菜 人参 しめじ 小松菜 ちくわ 青のり パナナ	お茶 ハッピーターン	牛乳 昆布おにぎり
7	火	こいのぼりサンド エビフライ ポトフ お誕生会ケーキ	食パン ツナフレーク 玉ねぎ 人参 胡瓜 ちくわ エビフライ 鶏肉 キャベツ じゃがいも 玉ねぎ コーン アスパラ ミニケーキ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 フルーツゼリー
8	水	肉うどん キャベツの炒めもの 黄桃缶	うどん 豚肉 玉ねぎ ごぼう 人参 小松菜 キャベツ 玉ねぎ 人参 玉ねぎ 魚肉ソーセージ 黄桃缶	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 野菜パンケーキ
9	木	ご飯 さばのみそ煮 高野とかぼちゃの煮物 すまし汁	米 さば 高野豆腐 南瓜 大根 大根菜	お茶 ビスコ	牛乳 マカロニきな粉
10	金	チキンカレー(麦ご飯) ほうれん草サラダ ビルクル	米 押麦 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ほうれん草 コーン ビルクル	お茶 ミニ牛乳カステラ	牛乳 人参蒸しケーキ
11	土	ほうれん草チャーハン 厚揚げと白菜炒め はるさめスープ	米 豚挽肉 玉ねぎ ほうれん草 厚揚げ 白菜 人参 春雨 人参 わかめ	お茶 マンナビスケット	牛乳 ムーンライト
13	月	ご飯 鶏肉の南部炒め ツナとキャベツの和え物 みそ汁	米 鶏肉 ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 油揚げ えのき 麩	お茶 アンパンマン煎餅	牛乳 きな粉ドーナツ
14	火	ご飯 白身フライ 納豆和え すまし汁	米 白身魚フライ 納豆 もやし 小松菜 人参 大根 わかめ	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 バインムース
15	水	ご飯 豚肉と彩り野菜炒め はるさめサラダ やさいスープ	米 豚肉 玉ねぎ 赤パプリカ 黄パプリカ きぬさや 人参 春雨 小松菜 コーン 豆腐 えのき ほうれん草	お茶 ルヴァンクッキー	牛乳 星ポテト
16	木	ミートスパゲティ ポテトサラダ パナナ	スパゲティ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 胡瓜 人参 コーン チーズ パナナ	お茶 ハッピーターン	牛乳 おかかおにぎり
17	金	ポークカレー(麦ご飯) 温野菜サラダ オレンジ	米 押麦 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース ツナ ブロッコリー カリフラワー 人参 アスパラ オレンジ	お茶 Caウエハース	牛乳 お好み焼き
18	土	ふりかけご飯 豆腐チャンプル 南瓜の煮物 みそ汁	米 ふりかけ 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 小松菜 南瓜 油揚げ キャベツ	お茶 マンナビスケット	牛乳 ぼたぼた焼き
20	月	ご飯 豚肉野菜炒め もやしのナムル みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 もやし わかめ えのき	お茶 アンパンマン煎餅	牛乳 バナナプリン
21	火	焼きそば ツナサラダ コンソメスープ バイン缶	蒸し麺 豚肉 キャベツ もやし 人参 ピーマン ツナ ブロッコリー コーン バイン缶	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 なめしおにぎり
22	水	ご飯 鶏肉のねぎ醤油炒め ビーフンソテー みそ汁	米 鶏肉 長ねぎ ビーフン 玉ねぎ 人参 小松菜 白菜 豆腐	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 ジャムサンド
23	木	ご飯 さわらの照り煮 がんもの大根煮 みそ汁	米 さわら がんも 大根 人参 いんげん キャベツ 油揚げ	お茶 ビスコ	牛乳 大学芋
24	金	キーマカレー(麦ご飯) もやしと胡瓜のさっぱり和え ビルクル	米 押麦 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリンピース もやし 胡瓜 人参 ビルクル	お茶 ミニ牛乳カステラ	牛乳 みかんヨーグルト
25	土	豚肉のしぐれ丼 キャベツのおかか和え みそ汁	米 豚肉 ごぼう 玉ねぎ 人参 ちくわ 小松菜 キャベツ 麩 もやし	お茶 マンナビスケット	牛乳 バームクーヘン
27	月	ご飯 鶏肉のうまだれ炒め 白菜と油揚げのさっと煮 みそ汁 オレンジ	米 鶏肉 油揚げ 白菜 人参 いんげん 玉ねぎ 豆腐 オレンジ	お茶 アンパンマン煎餅	牛乳 フライドおさつ
28	火	親子丼 アスパラとじゃが炒め みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ しいたけ 人参 卵 グリンピース ウインナー じゃがいも 玉ねぎ アスパラ キャベツ ほうれん草	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 ゼリーとビスケット
29	水	しょうゆラーメン ひじきのサラダ パナナ	ラーメン 豚挽肉 玉ねぎ 人参 長ねぎ 芽ひじき 小松菜 コーン パナナ	お茶 ルヴァンクッキー	牛乳 ゆかりおにぎり
30	木	ごはん 鶏肉のかりん揚げ わかめのごま酢和え みそ汁	米 鶏肉 わかめ 白菜 えのき 玉ねぎ 豆腐	お茶 ハッピーターン	牛乳 きな粉蒸しパン
31	金	ビーフカレー(麦ご飯) 春雨の彩りサラダ オレンジ	米 押し麦 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ グリンピース かにかま 春雨 きゅうり オレンジ	お茶 Caウエハース	牛乳 コーンクランチ

◎午前おやつはみみちゃん(普通食)、ひよこ組のおやつです  
◎午後のおやつは全員のおやつです  
◎11日はうめ組・たんぼ組・ことり組は親子遠足で給食はありません。



	目標栄養価(幼児)	今月の栄養価
エネルギー	510kcal	514kcal
たんぱく質	20g	19.4g
脂質	15g	15.3g
食塩相当量	1.5g	1.6g

●7日はお誕生会  
●15日は彩りメニュー 豚肉と彩り野菜炒めです。



この献立は食材の都合により変更になる場合があります  
シダックスフードサービス(株)

