

5月の献立表

かもめ幼稚園

令和7年

日にち	曜日		使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
1	木	ご飯 鶏肉のうまだれ焼き 納豆和え オレンジ みそ汁	米 鶏肉 もやし 納豆 白菜 人参 オレンジ 油揚げ 小松菜	お茶 マンナビスケット	牛乳 フルーチェ
2	金	おさつカレー(麦ごはん) 大根サラダ ビルクル	米 押し麦 鶏肉 さつまいも 人参 玉ねぎ 大根 きゅうり 人参 ビルクル	お茶 アッパマン煎餅	牛乳 おかかおにぎり
7	水	こいのぼりおむすび 筑前煮 ブロッコリーコーンサラダ すまし汁 お誕生会ケーキ	米 サケフレーク 菜飯素 人参 コーン 鶏肉 人参 ごぼう しいたけ いんげん ブロッコリー コーン キャベツ わかめ 花麩 抹茶パウンドケーキ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 こいのぼりケーキ
8	木	焼きそば 春巻き りんご コンソメスープ	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 もやし 春巻き りんご じゃがいも 人参	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 焼きおにぎり
9	金	ポパイカレー(麦ごはん) もやしときゅうりのさっぱり和え みかん缶	米 押し麦 鶏肉 ほうれん草 じゃがいも 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり 人参 みかん缶	お茶 ビスコ	牛乳 お野菜パンケーキ
12	月	ご飯 きのこハンバーグ 小松菜のしょうゆマヨ和え みそ汁	米 ハンバーグ 玉ねぎ しめじ えのき 小松菜 白菜 かまぼこ 人参 おつゆふ	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 おさつ蒸しパン
13	火	そぼろ丼 ちくわの磯部揚げ みそ汁	米 豚ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 人参 ちくわ キャベツ わかめ	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 フルーツヨーグルト
14	水	ご飯 鶏のから揚げ サラダスパゲティ みそ汁	米 鶏肉 スパゲティ キャベツ 人参 コーン 豆腐 ほうれん草	お茶 ハッピーターン	牛乳 きなこサンド
15	木	ご飯 チンジャオロース 蒸ししゅうまい わかめスープ	米 豚肉 ミックスビーマン たけのこ しゅうまい わかめ えのき	お茶 バリバリパンキン	牛乳 フライドポテト
16	金	チキンカレー(麦ごはん) ツナサラダ オレンジ	ご飯 押し麦 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ツナ ブロッコリー コーン オレンジ	お茶 マンナビスケット	牛乳 オレンジゼリー・せんべい
17	土	ご飯 豚肉と厚揚げの中華炒め もやしの中華あえ みそ汁	ご飯 生揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ もやし きゅうり かにかま じゃがいも わかめ	お茶 アッパマン煎餅	牛乳 ベアクリームワッフル
19	月	焼きとり丼 厚焼きたまご キャベツのゆかり和え みそ汁	米 鶏肉 長ネギ 厚焼き玉子 キャベツ 人参 ちくわ 油揚げ 玉ねぎ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 プリン
20	火	ご飯 豚肉のブルコギ ほうれん草のナムル 中華スープ	米 豚肉 玉ねぎ 赤ピーマン ニラ ほうれん草 もやし 人参 白菜 豆腐	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 チュモッパ(韓国風おにぎり)
21	水	ご飯 魚の照り焼き 高野豆腐の煮物 みそ汁	米 さわら ほうれん草 高野豆腐 大根 人参 いんげん 玉ねぎ かぼちゃ	お茶 ビスコ	牛乳 きなこ揚げパン
22	木	食パン(いちごジャム) コロッケ わかめのサラダ パナナ ころころ野菜スープ	食パン いちごジャム コロッケ レタス わかめ キャベツ 人参 大根 人参 コーン	お茶 ほしたべよ	牛乳 たぬきおにぎり
23	金	ポークカレー(麦ごはん) マカロニサラダ ビルクル	米 押し麦 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ マカロニ きゅうり 人参 コーン ビルクル	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 大学芋
24	土	ご飯 鶏のごま焼き ブロッコリーののり和え みそ汁	米 鶏肉 ブロッコリー もやし 玉ねぎ ほうれん草	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 米粉のカップケーキ
26	月	ミートスパゲティ ポテトサラダ フルーツポンチ 野菜スープ	スパゲティ 豚ひき肉 玉ねぎ じゃがいも キャベツ チーズ ミックスベジタブル 黄桃缶 みかん缶 カクテルゼリー 小松菜 玉ねぎ	お茶 ハッピーターン	牛乳 塩昆布おにぎり
27	火	ご飯 鶏肉の甘酢あん スナップとキャベツのおかか和え みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 揚げナス スナップえんどう キャベツ 人参 豆腐 長ネギ	お茶 バリバリパンキン	牛乳 キャラメルお麩ラスク
28	水	ほうれん草チャーハン ジャーマンポテト 春雨スープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 ポテト ウィンナー 玉ねぎ 春雨 長ネギ コーン	お茶 マンナビスケット	牛乳 お好み焼き
29	木	ソースかつ丼 野菜サラダ オレンジ みそ汁	米 とんかつ キャベツ ブロッコリー 人参 トマト オレンジ わかめ 大根	お茶 アッパマン煎餅	牛乳 スモア
30	金	キーマカレー(麦ごはん) 切干大根のごまサラダ パナナ	米 押し麦 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 切干大根 小松菜 人参 パナナ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ごまホットケーキ
31	土	ご飯 豚みそ炒め 春雨サラダ すまし汁	米 豚肉 玉ねぎ 春雨 ほうれん草 人参 白菜 あおさのり	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 ばかうけ

◎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



	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	19.4 g
脂質	15g	15.3g
食塩相当量	1.5g	1.6g

●7日はお誕生会です。

●20日は世界の郷土料理で韓国の『豚肉のブルコギ』です。

醤油ベースで甘口の下味をつけた薄切りの肉を、野菜や春雨と共に焼く、あるいは煮るといった工程を経て作る朝鮮料理です。

『チュモッパ』とは韓国伝統の家庭料理で、漬物や野菜、韓国のりなどの具材を混ぜ合わせ食べやすく一口サイズに丸めたおにぎりです。

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)