

5月の献立表

かもめ幼稚園

令和7年

日にち	曜日			午前おやつ	午後おやつ
1	金	ご飯 とり豆腐 かむかむ切干大根のごまサラダ みそ汁 みかん缶	米 鶏肉 白菜 人参 ごぼう 豆腐 切干大根 ほうれん草 人参 大根 油揚げ みかん缶	お茶 マンナビスケット	牛乳 シュガーバターサンド
2	土	中華丼 ブロッコリーの中華和え 春雨スープ	米 豚肉 かまぼこ 白菜 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ハム もやし 人参 春雨 コーン ねぎ	お茶 アンパン煎餅	リンゴジュース クリームコンフェ
7	木	ちまき風おにぎり こいのぼりナゲット すまし汁 お誕生会ケーキ	米 豚ひき肉 たけのこ 人参 しいたけ ナゲット ブロッコリー えのき わかめ 抹茶パウンドケーキ	お茶 きらきらコーンのおほしさま	牛乳 柏餅風蒸しパン
8	金	ご飯 魚の照り焼き 切干大根の煮物 みそ汁	ご飯 さわら 切干大根 人参 高野豆腐 小松菜 さつまいも 玉ねぎ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 豆腐ドーナツ
9	土	ご飯 鶏とキャベツの甘辛炒め ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ブロッコリー ちくわ えのき わかめ	お茶 マリー	牛乳 レモンケーキ
11	月	五目にゆめん じゃがいものそぼろ炒め パナナヨーグルト	そうめん かまぼこ 油揚げ ほうれん草 人参 ねぎ じゃがいも 豚ひき肉 玉ねぎ グリンピース パナナヨーグルト	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 焼きおにぎり
12	火	ご飯 肉団子の野菜あん 春雨サラダ チンゲン菜スープ	米 肉団子 玉ねぎ ピーマン 人参 春雨 キャベツ ささみ コーン チンゲン菜 大根	お茶 ビスコ	牛乳 お野菜パンケーキ
13	水	ご飯 鶏のから揚げ サラダスパゲティ モグちゃん春野菜スープ	米 鶏肉 スパゲティ キャベツ 人参 コーン ウィンナー じゃがいも アスパラ 人参	お茶 ほしたべよ	牛乳 びびよ蒸しパン
14	木	ご飯 魚のオーロラソース さつまいもの甘煮 みそ汁	米 アジ さつまいも ぶなしめじ 小松菜	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 きなこサンド
15	金	ポークカレー(麦ごはん) ツナサラダ コーンスープ オレンジ	ご飯 押し麦 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ツナ キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ オレンジ	お茶 マンナビスケット	牛乳 青りんごゼリー・せんべい
16	土	ご飯 照り焼きチキン ほうれん草のごま和え みそ汁	ご飯 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ 人参 大根 えのき	お茶 アンパン煎餅	牛乳 バームクーヘン
18	月	ご飯 キャベツのみそ炒め かぼちゃの天ぷら けんちん汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 大根 豆腐 油揚げ 人参 ごぼう ねぎ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ココアクリームサンド
19	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 チンゲン菜 コーン	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 うどんスナック
20	水	焼き鳥弁 わかめのごまサラダ みそ汁 パナナ	米 鶏肉 わかめ 人参 キャベツ ツナ 玉ねぎ かぼちゃ パナナ	お茶 ビスコ	牛乳 コーンフレーククランチ 未満児 ジャムサンド
21	木	コーンピラフ ポテトサラダ チキンポトフ	米 ウィンナー 玉ねぎ コーン ピーマン じゃがいも きゅうり 人参 鶏肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー	お茶 ほしたべよ	牛乳 きなこドーナツ
22	金	ちゃんぽん わかめのさっぱり和え ピーチヨーグルト	中華麺 かまぼこ 豚肉 キャベツ 人参 ニラ わかめ もやし ちくわ ヨーグルト 桃缶	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 たぬきおにぎり
23	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 ルヴァンクッキー	牛乳 米粉のカップケーキ
25	月	食パン(ジャム) チキンのトマト煮 かぼちゃサラダ 千切りスープ	食パン りんごジャム 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ ぶなしめじ かぼちゃ きゅうり 人参 大根 人参	お茶 ハッピーターン	牛乳 肉まん
26	火	ご飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ マカロニサラダ みそ汁	米 豆腐 玉ねぎ えのき 人参 ブロッコリー マカロニ キャベツ きゅうり コーン 小松菜 油揚げ	お茶 バリバリパンキン	牛乳 かりかりおさつティック
27	水	ほうれん草チャーハン ジャーマンポテト 春雨スープ オレンジ	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 人参 コーン オレンジ	お茶 マンナビスケット	牛乳 お好み焼き
28	木	ご飯 魚の竜田揚げ 納豆和え みそ汁	米 ぶり 納豆 小松菜 もやし 人参 大根 しめじ	お茶 アンパン煎餅	牛乳 パンラスク
29	金	なすのミートスパゲティ 温野菜サラダ コンソメスープ パナナ	スパゲティ 豚ひき肉 玉ねぎ なす 人参 ブロッコリー じゃがいも 人参 ほうれん草 コーン パナナ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 わかめおにぎり
30	土	ご飯 豚みそ炒め 大根とちくわのサラダ すまし汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 小松菜 大根 ちくわ きゅうり 人参 おつゆふ わかめ	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

- 1日、26日は、かむかむメニューです。
- 7日はこどもの日、お誕生会メニューです。
- 13日は春野菜を使ったモグちゃん春野菜スープです。
- 18日は、神奈川県郷土料理「けんちん汁」です。鎌倉発祥とされ、根菜と崩した豆腐を
ごま油で炒め煮込んだ精進料理です。肉、魚を使わず、野菜のうまみの詰まった具だくさんな汁物です。

	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	19.4g
脂質	15g	15.3g
食塩相当量	1.5g	1.6g

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)