

令和7年度



5月献立表



勸修保育園

日	曜	献立	材料				おやつ	材料
			熱や力になる食品	肉や血になる食品	体の調子を整える食品	調味料		
12 ・ 26	月	厚揚げの炒め煮 かぼちゃ煮 コンソメスープ	ごま油・片栗粉	鶏ミンチ・厚揚げ	人参・玉ねぎ・にら・しめじ かぼちゃ 豆苗・きやべつ・エリンギ	砂糖・しょうゆ・みりん だし汁・砂糖・しょうゆ・みりん コンソメ	12 豆おにぎり 26 五平もち 牛乳	米・塩・酒 うすいえんどう・ 米・味噌・砂糖・ みりん・ごま
13 ・ 27	火	豚のしょうが焼き 五目豆煮 じゃが芋とわかめの味噌汁	油 じゃが芋	豚肉 大豆・昆布 油揚げ・わかめ	しょうが・玉ねぎ 人参・ごぼう・糸こんにやく	砂糖・酒・しょうゆ・みりん だし汁・砂糖・しょうゆ・ 酒・みりん だし汁・味噌	いちごミルク寒天 牛乳	牛乳・砂糖・寒天・ いちごジャム
14 ・ 28	水	赤魚の煮つけ おひたし 豆腐と三つ葉のすまし汁		赤魚 かつおぶし 豆腐	しょうが ほうれん草・人参 えのき・三つ葉	だし汁・砂糖・しょうゆ 砂糖・しょうゆ だし汁・しょうゆ・塩・酒	黒糖ケーキ 牛乳	小麦粉・上新粉・ 油・ ベーキングパウダー・ 黒糖・豆乳・豆腐 レーズン
1 ・ 15 ・ 29	木	肉じゃが もやしの中華あえ	じゃが芋・油 ごま油・ごま	豚肉 わかめ・ハム	玉ねぎ・人参・三度豆・ 糸こんにやく もやし・人参・きゅうり	だし汁・しょうゆ・砂糖・ みりん・酒 砂糖・しょうゆ・酢	チーズトースト 牛乳	食パン・チーズ
16 ・ 30	金	タンドリーチキン 春きゃべつのサラダ さつま芋と厚揚げの味噌汁	コーン さつま芋	鶏肉・ヨーグルト ツナ缶 厚揚げ	しょうが・にんにく きゃべつ・アスパラガス ねぎ・スナップエンドウ	ケチャップ・カレー粉・ 塩 砂糖・しょうゆ・マヨドレ だし汁・味噌	ごまドーナツ 牛乳	ホットケーキMIX・ 砂糖・豆腐・ごま・ 油・グラニュー糖
17 ・ 31	土	ルーローハン 中華スープ	米・ごま油・片栗粉 春雨	豚肉	しょうが・にんにく・玉ねぎ・ しいたけ・たけのこ・小松菜 人参・もやし	砂糖・酒・しょうゆ・酢・ 塩・オイスターソース 中華だし	お菓子 牛乳	
乳を含む食材				エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄
コンソメ・食パン・スキムミルク ハヤシルウ			乳児	414kcal	17.9 g	12.8g	185mg	1.6mg
			幼児	518kcal	22.4 g	16.9g	231mg	2.0mg

*23日(金)きりん・ぱんだ組お弁当当日です。ご持参よろしくお願い致します。

勸修保育園

日	曜	献立	材料	肉や血になる食品	体の調子を整える食品	調味料	おやつ	材料
			熱や力になる食品					
19	月	ホイコーロー 粉ふき芋 中華スープ	片栗粉・ごま油 じゃが芋 しゅうまいの皮	豚肉 青のり	人参・きやべつ・ピーマン チンゲン菜・人参・しいたけ	砂糖・酒・しょうゆ・ 赤味噌 塩 中華だし・しょうゆ	鮭と小松菜の おにぎり 牛乳	米・鮭・小松菜・塩・ ごま
20	火	鯖の竜田あげ うどの酢のもの 豚汁	油・片栗粉 ごま さつま芋	鯖 豚肉・油揚げ	しょうが うど・きゅうり・きやべつ・ みかん缶 人参・ごぼう・ねぎ	酒・しょうゆ 砂糖・しょうゆ・酢 だし汁・味噌	果物・お菓子 牛乳	
7 ・ 21	水	鶏肉のしょうが煮 磯あえ 麩としめじのすまし汁	麩	鶏肉 刻みのり	しょうが・玉ねぎ・ 糸こんにゃく ブロッコリー・人参 大根・しめじ	砂糖・しょうゆ・酒・ みりん 砂糖・しょうゆ だし汁・しょうゆ・酒・塩	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉・ 豚肉・きやべつ・ ねぎ・油・ かつおぶし・青のり・ ソース
8 ・ 22	木	ハヤシライス ツナとわかめのあえもの	米・じゃが芋・油・ 小麦粉 ごま油	豚肉 ツナ缶・わかめ	玉ねぎ・人参・しめじ・ うすいえんどう・トマト缶 きゅうり・もやし	コンソメ・ハヤシルウ・砂糖・ ソース・ケチャップ 砂糖・しょうゆ・酢	麩のラスク 牛乳	麩・砂糖・バター
9 ・ 23	金	鶏肉の塩焼き/そら豆 ふきとごぼうのきんぴら 豆腐となめこの赤だし	油・ごま	鶏肉 豆腐・わかめ	そら豆 ふき・人参・ごぼう・ 糸こんにゃく なめこ	塩 砂糖・しょうゆ だし汁・味噌・赤味噌	きな粉クッキー 牛乳	小麦粉・砂糖・ きな粉・ ベーキングパウダー・ 油・牛乳
10 ・ 24	土	豚丼 厚揚げとえのきのすまし汁	米・油	豚肉 厚揚げ	人参・玉ねぎ・きやべつ・ ピーマン かぼちゃ・えのき	砂糖・酒・しょうゆ・ みりん・味噌 だし汁・酒・しょうゆ・塩	お菓子 牛乳	
2	金	♪おたのしみメニュー♪ オムライス風ケチャップライス こいのぼりバーグ マカロニサラダ コーンスープ	米・油・片栗粉 パン粉・油 マカロニ コーン・油・片栗粉 コーンクリーム缶	卵・ハム 合い挽きミンチ・豆腐・ 牛乳 ツナ缶 牛乳	玉ねぎ・ピーマン 玉ねぎ・グリーンピース きゅうり・きやべつ・人参 玉ねぎ・パセリ	塩・ケチャップ 塩・ケチャップ マヨネーズ・酢・砂糖・ しょうゆ 塩・コンソメ	かしわもち チーズ蒸しパン (ひよこ・うさぎ・ ぼんび組) 牛乳	上新粉・白玉粉・ 片栗粉・砂糖・ あんこ 小麦粉・ ベーキングパウダー・ チーズ・油・牛乳