

2025年度 5月 給食献立予定表

認定こども園あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	午後のおやつ	材 料 名		
				赤	緑	黄
				血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの
1 木	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き ひじき煮 すまし汁	麦茶 お茶クッキー	生鮭 みそ/牛乳 油揚げ ひじき 豆腐	果物 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ えのき	米 押麦 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター 油 砂糖
2 金	○	伊豆しかカレー 煮豆 チーズ 果物	麦茶 クリームパン	しかひき肉 金時豆 チーズ	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ 果物	米 押麦 じゃがいも カレールウ 油 砂糖/クリームパン
7 水	○	麦ご飯 ミニゼリー チキンカツ マカロニサラダ みそ汁	麦茶 オレンジ蒸しパン	鶏もも肉/牛乳 ロースハム みそ	きゅうり 人参 玉ねぎ 大根 果物	米 押麦 ミニゼリー 小麦粉 パン粉 油/ホットケーキ粉 砂糖 バター マーメレード マカロニ マヨネーズ
8 木	○	麦ご飯 ふりかけ 果物 ししゃも焼き トマト 海草サラダ 豚汁	麦茶 ミニポテト	かつお節 のり ししゃも ささみ わかめ 豚もも肉 豆腐 みそ	果物 トマト キャベツ 人参 玉ねぎ 椎茸 人参 ごぼう	米 押麦 ごま /じゃがいも 油 砂糖 ごま油
9 金	カルシ	食パン いちごのムース ハンバーグ フレンチサラダ 野菜スープ	麦茶 のりおかかおにぎり	牛乳 豚ひき肉 豆腐/きざみのり かつお節 ロースハム	玉ねぎ 人参/玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ 星型人参	食パン パン粉/米 油 砂糖 油 じゃがいも
10 土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 すまし汁	麦茶 クッキー	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし わかめ	玉ねぎ 人参 ねぎ 椎茸 果物 玉ねぎ 人参	米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま油 油 砂糖 ごま/クッキー
12 月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーメレード焼き チーズサラダ みそ汁	麦茶 マーブルマフィン	鶏もも肉/牛乳 チーズ みそ	果物 キャベツ 人参 きゅうり レモン 玉ねぎ	米 押麦 マーメレード/ホットケーキ粉 マーブルシロップ バター 砂糖 油 じゃがいも
13 火	○	きつねうどん スマイルポテト キャベツの塩昆布和え 果物	麦茶 ふわっとふー	鶏もも肉 油揚げ 塩昆布	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ キャベツ 人参 果物	うどん 砂糖 じゃがいも 油/麩 グラニュー糖 バター
14 水	○	麦ご飯 果物 カレイのごま照り焼き 干草和え みそ汁	麦茶 かりんとうトースト	カラスカレイ 油揚げ みそ	果物 果物 しらたき キャベツ ほうれん草 人参 玉ねぎ もやし ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖/食パン バター 砂糖 黒砂糖 砂糖 ごま油
15 木	○	麦ご飯 果物 鶏肉の野菜炒め シルバーサラダ 若竹汁	麦茶 みたらしマカロニ	焼き鳥缶(非常食) ロースハム わかめ	果物 キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり 人参 とうもろこし 筍 人参	米 押麦 砂糖 油/マカロニ 砂糖 片栗粉 春雨 マヨネーズ 砂糖
16 金	×	お 弁 当	麦茶 せんべい	親子遠足 		
17 土	○	チキンライス ウインナー フロッコリー 果物 コンソメスープ	麦茶 クッキー	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ フロッコリー 果物 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 油 /クッキー
19 月	○	あんかけ焼きそば 小魚 果物 ワンタンスープ	麦茶 リンゴマフィン	豚もも肉 いわし/牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ きくらげ 筍 /りんご 果物 もやし にら 玉ねぎ	中華蒸麺 油 片栗粉 砂糖 ごま油 ごま 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター ワンタンの皮
20 火	○	麦ご飯 果物 魚のフライ ハムサラダ コーン豆乳スープ	麦茶 焼きビーフン	しいら/ツナ ロースハム 豆乳	果物 /玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし 玉ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油/ビーフン 油 砂糖 油
21 水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き 切干大根煮 みそ汁	麦茶 たこ焼き	鶏もも肉/青のり 油揚げ わかめ みそ	果物 りんご レモン 切干大根 いんげん 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖/たこ焼き 油 砂糖
22 木	○	麦ご飯 果物 さわらの香味焼き 新じゃがバター炒め けんちん汁	麦茶 ライスクッキー (非常食)	さわら ウインナー 豆腐	果物 ねぎ 玉ねぎ 大根 人参 ごぼう 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま/ライスクッキー じゃがいも バター
23 金	○	ハヤシライス コーンサラダ チーズ 果物	麦茶 米粉のケーキ	豚もも肉 チーズ	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ とうもろこし キャベツ きゅうり 人参 果物	米 押麦 ハヤシルウ 砂糖 油/米粉のケーキ
24 土	○	チャーハン もやしの中華和え ゼリー 中華スープ	麦茶 せんべい	焼豚 なんと	玉ねぎ 人参 ビーマン ねぎ とうもろこし もやし 人参 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 油 ごま油 砂糖 ごま油/せんべい ゼリー 麩
26 月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のおかから揚げ 大豆の磯煮 すまし汁	麦茶 ココア蒸しパン	鶏もも肉 かつお節/牛乳 大豆水煮 油揚げ ひじき煮缶(非常食) わかめ	果物 人参 えのき 玉ねぎ 人参	米 押麦 片栗粉 油/ホットケーキ粉 砂糖 バター 砂糖 油
27 火	○	麦ご飯 果物 カレイのカレー風味焼き ポテトサラダ みそ汁	麦茶 サンドパン	カラスカレイ ツナ 油揚げ みそ	果物 きゅうり 人参 とうもろこし 玉ねぎ ねぎ 玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト	米 押麦 /食パン ジャム じゃがいも マヨネーズ
28 水	○	スバゲティーミートソース ナムル 果物 コンソメスープ	麦茶 カラメルプリン	豚ひき肉 /牛乳	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト もやし きゅうり 人参 果物 玉ねぎ 星形人参	スバゲティー 油 砂糖 片栗粉 ごま ごま油
29 木	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 ごぼうサラダ 豆腐のすまし汁	麦茶 ふかしじゃがいも	さば みそ/青のり ロースハム 豆腐	果物 ごぼう きゅうり 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖/じゃがいも マヨネーズ ごま 麩
30 金	○	食パン 果物 マカロニグラタン ツナサラダ ベーコンスープ	麦茶 シリアルバー	鶏もも肉 チーズ 牛乳 ツナ ベーコン	果物 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ 花型人参	食パン 小麦粉 バター 油 マカロニ/コーンフレーク マシュマロ バター 油 砂糖
31 土	○	中華丼 小魚 果物 みそ汁	麦茶 せんべい	豚もも肉 なんと いわし 豆腐 みそ	キャベツ 人参 玉ねぎ 筍 椎茸 ビーマン 果物 玉ねぎ	米 押麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま/せんべい

※屋の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※栄養価は、お昼とおやつ合計です。 教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

※仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

※「/」以降の材料名はおやつで使用する食材です。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	470kcal	19.8g	15.8g	1.6g
幼児	521kcal	21.1g	15.5g	1.8g