

5月メニュー表				☆献立、おやつは変更になる可能性があります										令和7年度 常盤学園保育所			
日	曜日	行事予定	献立	材 料										おやつ			
1	木		ごはん ハンバーグ きんぴら 味噌汁（きゃべつ）	精白米 ケチャップ しょうゆ	50 3 3	木綿豆腐 ごぼう 砂糖	30 3 3	合挽ミンチ 人参	60 3 3	玉ねぎ こんにゃく	15 20	人参 油	15 2	牛乳 乳成分	・ ブドウゼリー 小麦 大豆	・ ブナターキー 卵	
2	金		ごはん 竹輪の磯部揚げ 豚汁 にんじんしりしり	精白米 豚肉 赤みそ ごま油	50 10 5 2	竹輪 人参 白みそ 酒	2 10 5 2	大ふら粉 大根 煮干し しょうゆ	6 20 3 2	水 醤油揚げ 人参 ツナ缶	6 5 40	青のり 青ネギ ツナ缶	0.2 3 20	牛乳 りんご	・ ぼたぼた焼き		
3	土	憲法記念日															
4	日	みどりの日															
5	月	こどもの日															
6	火	振替休日															
7	水		ごはん コンシチュー まっくろくすけサラダ	精白米 玉ねぎ ほしひじき しょうゆ	50 30 1.5 3	ホールコーン シチュールー キャベツ 酢	20 12 20 2	鶏肉 グリーンピース きゅうり 砂糖	20 3 10 1.5	じゃが芋、 牛乳 赤ピーマン ごま油	50 25 3 0.5	人参 コンソメ 青ピーマン	10 0.8 2	牛乳 わらび粉 きな粉	・ 黒糖入りわらび餅 15 黒砂糖 5 砂糖	・ いりこ 8 水 1	80
8	木		ごはん 鶏肉のから揚げ 酢の物 野菜味噌汁	精白米 片栗粉 酢 人参	50 6 2 10	鶏肉 キャベツ 塩 赤みそ	50 25 0.2 5	白だし 人参 わかめ 白みそ	3 5 2 2	しょうゆ きゅうり キャベツ 煮干し	1 20 15 3	しょうが 砂糖 たまねぎ	1 2 15	牛乳 小麦 大豆	・ パームターヘン 卵 乳成分	・ ソフトせんべい	
9	金		ごはん チャブチ 玉ねぎのすまし汁	精白米 玉ねぎ 煮干し	50 24 0.1 3	春雨 人参 ごま しょうゆ	8.4 8.4 2.4 3	牛肉 しょうゆ 青ネギ 塩	30 1.2 3 0.3	ほうれん草 ごま油 人参 玉ねぎ	30 2.4 5 5	干ししいたけ しょうゆ	1 3.6 15	牛乳 米粉 ビュッココア サラダ油	・ ココア煮しまんじゅう 15 コーンスターチ 2 砂糖 3	・ ハッピーターナー 5 ベーキングパウダー 10 水 20	1.2
10	土		ごはん 豚肉の野菜炒め 豆腐と玉ねぎのスープ	精白米 もやし ごま油 しょうゆ	50 15 1 3	豚肉 玉ねぎ 木綿豆腐 煮干し	15 30 30 3	キャベツ 油 玉ねぎ 煮干し	35 2 10 3	青ピーマン 塩 青ネギ	10 0.3 3	人参 しょうゆ	10 1 0.2	牛乳 小麦粉 大豆	・ みかん缶 卵 乳	・ ムーンライト	
11	日																
12	月		ごはん 豚肉のしょうが焼き きのこスープ	グリーンピース しょうゆ 塩	15 2 0.1	塩 えのきたけ しょうゆ	0.8 2	鶏肉 しめじ	50 8	牛蒡 キャベツ	0.5 10	砂糖 鶏がら	1 1	牛乳 小麦粉 大豆	・ ミニドーナツ 卵 牛乳	・ ほか揚げ	
13	火		ごはん 鶏の糸焼き もやしのお浸し 南瓜の味噌汁	精白米 もやし かぼちゃ 煮干し	50 30 3 3	鶏肉 人参 玉ねぎ	50 5 10	酒 切干しだいこん 青ネギ	1.5 3 3	しょうゆ さとう 赤みそ	1.5 5 5	砂糖 しょうゆ 白みそ	1 2.5 5	牛乳 だんご粉 水	・ 人参団子 20 人参 15	・ はりこ 20 砂糖	4
14	水		人参ごはん ツナの煮付け 野菜のすまし汁	人参 ツナ缶 砂糖 人参 煮干し	15 60 3 5 3	ちりめん 厚揚げ しょうゆ わかめ	3 30 5 2	塩 かき 酒 青ネギ	0.3 15 4 3	しょうゆ 煮干し キャベツ しょうゆ	2 2 15 4	酒 水 玉ねぎ 塩	1 25 10 0.2	牛乳 乳成分 小麦	・ 粉ふき芋 小麦 ビスコ		
15	木		ごはん ハンバーグ きんぴら 味噌汁（きゃべつ）	精白米 ケチャップ しょうゆ	50 3 3	木綿豆腐 ごぼう 砂糖	30 3 3	合挽ミンチ 人参	60 10	玉ねぎ こんにゃく	15 20	人参 油	15 2	牛乳 乳成分	・ ブドウゼリー 小麦 大豆	・ ブナターキー 卵	
16	金		ごはん 竹輪の磯部揚げ 豚汁 にんじんしりしり	精白米 豚肉 赤みそ ごま油	50 10 5 2	竹輪 人参 白みそ 酒	2 10 5 2	大ふら粉 大根 煮干し しょうゆ	6 20 3 2	水 醤油揚げ 人参 ツナ缶	6 5 40	青のり 青ネギ ツナ缶	0.2 3 20	牛乳 りんご	・ ぼたぼた焼き		
17	土		ごはん 肉じゃが 野菜スープ汁	精白米 人参	50 15	牛肉 糸こんにゃく	15 10	シヤガイモ 油	60 2	玉ねぎ 砂糖	30 2	三層豆 しょうゆ	5 3	牛乳 小麦 ごま	・ ビーチゼリー 大豆 貝類	・ えびちび えび	
18	日																
19	月		ごはん ハヤシ コールスローサラダ	精白米 グリーンピース 人参	50 3 5	牛肉 ハヤシルー（缶） ホールコーン	20 5 5	シヤガイモ ハヤシブレイク マヨネーズ	30 6	人参 キャベツ	15 40	玉ねぎ きゅうり	40 5	牛乳 乳	・ イチコヨーグルト ゼラチン	・ リップ	
20	火		ごはん 鶏の半煮 ブロッコリーのお浸し 具沢山味噌汁	精白米 ブロッコリー キャベツ 煮干し	50 40 10 3	さば 人参 玉ねぎ 赤みそ	5 5 10 5	しょうが 人参 白みそ	0.5 5 5	砂糖 しょうゆ じゃが芋、	3 2 10	しょうゆ わかめ 青ネギ	3 3 3	牛乳 小麦粉 乳	・ ウェハース 乳 大豆	・ 揚げせんべい 大豆	
21	水	遠足												牛乳	・ ミニゼリー ・ 星番えよう		
22	木		ごはん 煎餅じゃが煮 ゴマ和え 玉ねぎと青ネギのスープ	精白米 鶏肉 油 鶏がら	50 30 2 0.8	餅 煮干し みりん しょうゆ	20 1 2 2.5	じゃが芋、 水 玉ねぎ	50 2 20	人参 砂糖 青ネギ	15 2 3	さやえんどう しょうゆ 人参	5.5 3 10	牛乳 小麦 大豆	・ パームターヘン 卵 乳成分	・ ソフトせんべい	
23	金		ごはん チャブチ 玉ねぎのすまし汁	精白米 玉ねぎ 塩 煮干し	50 24 0.1 3	春雨 人参 ごま しょうゆ	8.4 8.4 2.4 3	牛肉 しょうゆ 青ネギ 塩	30 1.2 3 0.3	ほうれん草 ごま油 人参 玉ねぎ	30 2.4 5 5	干ししいたけ しょうゆ	1 3.6 15	牛乳 米粉 ビュッココア サラダ油	・ ココア煮しまんじゅう 15 コーンスターチ 2 砂糖 3	・ ハッピーターナー 5 ベーキングパウダー 10 水 20	1.2
24	土		ごはん 豚肉の野菜炒め 豆腐と玉ねぎのスープ	精白米 もやし ごま油 しょうゆ	50 15 1 3	豚肉 玉ねぎ 木綿豆腐 煮干し	15 30 30 3	キャベツ 油 玉ねぎ	35 2 10	青ピーマン 塩 青ネギ	10 0.3 3	人参 しょうゆ	10 1 0.2	牛乳 小麦粉 大豆	・ みかん缶 卵 乳	・ ムーンライト	
25	日																
26	月		ごはん 鶏の糸焼き もやしのお浸し 具沢山の味噌汁	ちりめん 豚肉 しめじ	5 8 5	わかめ 生菜 キャベツ	0.5 0.5 10	しょうゆ 砂糖 鶏がら	1 1 1	さとう しょうゆ 塩	0.3 2 0.1	油 えのきたけ しょうゆ	0.1 8 2	牛乳 小麦粉 大豆	・ ミニドーナツ 卵 牛乳	・ ほか揚げ	
27	火		ごはん 鶏の糸焼き もやしのお浸し 南瓜の味噌汁	精白米 もやし かぼちゃ 煮干し	50 30 30 3	鶏肉 人参 玉ねぎ	50 5 10	酒 切干しだいこん 青ネギ	1.5 8 3	しょうゆ さとう 赤みそ	1.5 1 5	砂糖 しょうゆ 白みそ	1 2.5 5	牛乳 だんご粉 水	・ 人参団子 20 人参 15	・ はりこ 20 砂糖	4
28	水	遠足予備日	ごはん コンシチュー まっくろくすけサラダ	精白米 玉ねぎ ほしひじき しょうゆ	50 30 1.5 3	ホールコーン シチュールー キャベツ 酢	20 12 20 2	鶏肉 グリーンピース きゅうり 砂糖	20 3 10 1.5	じゃが芋、 牛乳 赤ピーマン ごま油	50 25 3 0.5	人参 コンソメ 青ピーマン	10 0.8 2	牛乳 わらび粉 きな粉	・ 黒糖入りわらび餅 15 黒砂糖 5 砂糖	・ いりこ 8 水 1	80
29	木	お誕生会・身体測定	ごはん 肉みそ丼 春雨のすまし汁	精白米 煮干し しょうゆ 塩	50 5 2 0.2	豚ミンチ しめじ 春雨 しょうゆ	5 10 2 3	しょうが 赤みそ 人参 煮干し	0.5 5 3 5	玉ねぎ 酒 さとう ワカメ	20 2 3 3	赤ピーマン 人参	5 3 2	牛乳 乳成分 小麦	・ 粉ふき芋 小麦 ビスコ		
30	金		ごはん 白身魚フライ 切り干し大根の煮付け すまし汁（豆腐）	精白米 白身魚 ケチャップ 塩	50 3 3 0.2	白身魚 ケチャップ しょうゆ	50 3 3	小麦粉 木綿豆腐 煮干し	5 40 3	パン粉 わかめ	3 3 3	油 青ネギ	6 3	牛乳 桃缶	・ ミックス缶 みかん缶	・ 瀬氏パイ 小麦	
31	土		ごはん 肉じゃが 野菜のすまし汁	精白米 人参 キャベツ しょうゆ	50 15 15 4	牛肉 糸こんにゃく 玉ねぎ 塩	15 10 2 0.2	シヤガイモ 油 人参 煮干し	60 2 10 3	玉ねぎ さとう わかめ	30 2 2	三層豆 しょうゆ 青ネギ	5 3 3	牛乳 小麦 ごま	・ ビーチゼリー 大豆 貝類	・ えびちび えび	