

令和7年5月 献立表



打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
21 水	じゃこわかめごはん、鶏肉のから揚げ、キャベツのお浸し、味噌汁	米(60g)、チリメン(3g)、わかめ(0.2g)、しょうゆ(1g)、砂糖(0g)、油(0g)、／鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g)、酒(1g)、しょうゆ(3g)、片栗粉(6g)、油(6g)、／キャベツ(40g)、にんじん(10g)、砂糖(1g)、しょうゆ(2g)、／たまねぎ(25g)、にんじん(12g)、わかめ(0.3g)、煮干し(3g)、みそ(10g)、／牛乳(120g)、／プリン(乳なし、卵なし)、／えびちび	牛乳120、プリン(乳なし、卵なし)、えびちび
22 木	ごはん、肉みそ(丼)、春雨のすまし汁	米(60g)、／豚ひき肉(60g)、しょうが(1g)、たまねぎ(30g)、赤ピーマン(10g)、ピーマン(10g)、しめじ(12g)、油(1g)、赤みそ(4g)、酒(2g)、砂糖(3g)、しょうゆ(2g)、／はるさめ(5g)、たまねぎ(10g)、にんじん(10g)、青ねぎ(3g)、わかめ(0.3g)、煮干し(3g)、食塩(0.2g)、しょうゆ(3g)、／牛乳(120g)、／薄焼きサラダ、／米粉(20g)、ベーキングパウダー(1g)、かぼちゃ(15g)、成分無調整豆乳(25g)、レモン(1g)、砂糖(6g)、サラダ油(8g)	牛乳120、薄焼きサラダ、マドレーヌ
23 金	ごはん、魚の野菜あんかけ、豆腐の味噌汁	米(55g)、／たら(60g)、片栗粉(5g)、油(4g)、たまねぎ(20g)、にんじん(8g)、三度豆(5g)、砂糖(2g)、しょうゆ(2g)、片栗粉(1g)、／木綿豆腐(35g)、キャベツ(15g)、青ねぎ(3g)、みそ(10g)、煮干し(3g)、／牛乳(120g)、／バナナ、／ぱりんこ	牛乳120、バナナ、ぱりんこ
24 土	ごはん(ふりかけ)、五目うどん	米(40g)、／ふりかけ、茹でうどん(100g)、鶏肉(25g)、たまねぎ(30g)、にんじん(15g)、干しいたけ(1g)、青ねぎ(3g)、しょうゆ(4g)、食塩(0.2g)、みりん(1g)、昆布(1g)、かつお節(2g)、／ゼリー、／ソフトサラダ	牛乳120、ゼリー、ソフトサラダ
26 月	ごはん、カレー、和風サラダ	米(60g)、／牛肉(35g)、じゃがいも(50g)、にんじん(25g)、たまねぎ(30g)、油(1g)、カレールウ(14g)、／わかめ(0.2g)、にんじん(15g)、キャベツ(30g)、きゅうり(10g)、すりごま(1g)、酢(2g)、砂糖(1g)、しょうゆ(2g)、／牛乳(120g)、／りんご、／えびちび	牛乳120、りんご、えびちび
27 火	えんどうごはん、鶏肉の野菜炒め、味噌汁	米(60g)、さやえんどう(15g)、食塩(1g)、／鶏肉(30g)、キャベツ(35g)、ピーマン(10g)、にんじん(10g)、もやし(15g)、たまねぎ(30g)、油(2g)、食塩(0.1g)、しょうゆ(1g)、ごま油(1g)、／木綿豆腐(30g)、たまねぎ(10g)、青ねぎ(3g)、煮干し(3g)、みそ(10g)、／牛乳(120g)、／にんじん(15g)、米粉(15g)、成分無調整豆乳(6g)、砂糖(5g)、ベーキングパウダー(1g)、油(2g)、／星たべよ	牛乳120、人参ケーキ、星たべよ
28 水	ごはん、チャブチェ、野菜のスープ	米(55g)、／はるさめ(10g)、牛肉(30g)、にんじん(17g)、ピーマン(10g)、しいたけ(8g)、たけのこ(ゆで)(6g)、ごま油(0.8g)、しょうゆ(4g)、食塩(0g)、ごま(乾)(2g)、砂糖(4g)、／たまねぎ(15g)、にんじん(10g)、ホールコーン(5g)、青ねぎ(3g)、顆粒コンソメ(1g)、しょうゆ(3g)、食塩(0.2g)、／牛乳(120g)、／みかん缶、／ぼたぼた焼き	牛乳120、みかん缶、ぼたぼた焼き
29 木	ごはん、鯖の生姜煮、ごま和え、味噌汁	米(55g)、／さば(1切れ60g)、しょうが(1g)、砂糖(3g)、しょうゆ(3g)、酒(1g)、／キャベツ(25g)、きゅうり(20g)、にんじん(7g)、酢(2g)、砂糖(2g)、しょうゆ(2g)、すりごま(1g)、／たまねぎ(20g)、わかめ(0.3g)、薄揚げ(5g)、煮干し(3g)、みそ(10g)、／牛乳(120g)、／米粉(15g)、コーンスターチ(5g)、ベーキングパウダー(1g)、ココア(ピュアココア)(2g)、砂糖(10g)、水(20g)、／揚げせんべい	牛乳120、ココア蒸しまんじゅう、揚げせんべい
30 金	ごはん、豚肉の桑焼き、にんじんしりしり、揚げと野菜のすまし汁	米(55g)、／豚肉(1枚50g)(50g)、酒(2g)、しょうゆ(2g)、砂糖(1g)、／にんじん(40g)、ツナ缶・油なし(20g)、ごま油(2g)、酒(2g)、しょうゆ(2g)、／薄揚げ(5g)、青ねぎ(3g)、たまねぎ(15g)、にんじん(10g)、煮干し(3g)、しょうゆ(4g)、食塩(0.2g)、／カスタードロールパン(乳、卵)／芋けんぴ	牛乳120、カスタードロールパン(乳、卵)、芋けんぴ
31 土	ごはん(ふりかけ)、チャンポン	米(40g)、／ふりかけ、麺(100g)、豚肉(25g)、たまねぎ(20g)、にんじん(10g)、キャベツ(25g)、竹輪※卵抜き(6g)、ごま油(0.8g)、塩(0.3g)、しょうゆ(4g)、顆粒コンソメ(0.8g)、昆布(1g)、／ゼリー、／ぼたぼた焼き	牛乳120、ぼたぼた焼き、ゼリー

※お誕生日会…21日(水)

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)