



令和7年度5月完了期献立予定表



あゆみ保育園
給食 鈴木 貴子

こいのぼりが天高く空を泳いでいます。新年度がスタートして1か月が経ち、新しい生活で緊張気味だった子どもたちも今ではすっかり全力で保育園生活を楽しんでいるみたいです。5月はゴールデンウィーク中の生活リズムの乱れや、連休明けの疲れによる体調不良を起こさないように早寝早起きとキッチンと食事をして元気にすごしていきましょう。



🍷マークはブックメニュー ♥マークは手作りおやつ ★マークはオプションドレッシングです ☆マークは新しいメニューです

日	曜 日	献立名	主 な 材 料			おやつ(補食)
			血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	3時全員
1 29	木	軟飯 麻婆春雨 ほうれん草と南瓜のナムル チンゲン菜と椎茸のスープ デザート	豚ひき肉 牛乳	精白米 はるさめ ごま油 砂糖 ホットケーキ ミックス じゃがいも 油	人参 ビーマン 玉ねぎ 長ねぎ もやし 椎茸 かぼちゃ ほうれん草 青梗菜 わかめ 果物 トマトソース	牛乳 ♥ポテトドック
2 30	金	チーズと海苔の軟飯 魚のステーキソースがけ ポテトサラダ かぶとベーコンのスープ デザート	チーズ かいり ハム ベーコン 牛 乳 卵 あんこ	精白米 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ ホットケーキ ミックス	焼きのり 玉ねぎ 胡瓜 人参 コーン缶 かぶ 小松菜 果物	牛乳 2日♥☆☆こいのぼりやき 30日♥☆☆どらやき
誕生日会		クロワッサン マカロニグラタン ブロッコリーと胡瓜のサラダ キャベツとかぶのスープ ヨーグルト	ベーコン 牛乳 チーズ ヨーグルト	クロワッサン スパゲティ パター 薄力粉 パン粉 いりごま 油 砂糖 マヨネーズ 精白米	玉ねぎ トマト 胡瓜 マッシュルーム缶 アスパラガス ブロッコリー キャベツ トマトケチャップ かぶ 人参 ひじき 果物	麦茶 ♥ひじきおにぎり
7	水					
8	木	たぬきうどん(乾麺) カレー風味のかき揚げ (竹輪なし) 大根の梅マヨ和え デザート	牛乳 卵 生クリーム	うどん 天ぷら粉 油 マヨネーズ 薄力粉 砂糖 バター	小松菜 玉ねぎ 干し椎茸 若布 人参 だいこん 胡瓜 梅干し 果物	牛乳 ♥お楽しみケーキ
9	金	軟飯(筍なし) デザート カツオのスタミナ焼き 小松菜と人参のごま和え 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 (油揚げ抜き)	味噌 牛乳 ホイップクリーム	精白米 片栗粉 油 砂糖 ごま 油 マヨネーズ じゃがいも 食パン	人参 玉ねぎ 干し椎茸 だいこん 小松菜 果物 ジャム	牛乳 ♥☆☆ジャム ホイップパン
10	土	軟飯 ひき肉のケチャップ炒め もやしとツナのごま酢和え じゃが芋と若布のみそ汁 デザート	鶏ひき肉 ツナ缶 味噌	精白米 油 ごま 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ トマトケチャップ もやし 若布 果物	麦茶 バナナ
12	月	軟飯 デザート 肉豆腐 きんぴらごぼう ほうれん草のみそ汁 (油揚げ抜き)	豆腐 豚ひき肉 油 味噌 牛乳 豆乳	精白米 砂糖 ごま 油 薄力粉 甘納豆	玉ねぎ 人参 えのき 長ねぎ 人参 わかめ ごぼう ほうれん草 果物	牛乳 ♥豆乳蒸しパン
13	火	焼きそば(ひき肉) カレイの天ぷら(はんぺん代用) かぶの即席漬け チンゲン菜と若布のスープ デザート	鶏ひき肉 かいり チーズ 卵 かにかま	中華めん 油 薄力粉 パン粉 精白米 マヨネーズ	玉ねぎ キャベツ かぶ ビーマン もやし 人参 青梗菜 わかめ 果物	麦茶 ♥おにぎり (レタス抜き)
14	水	軟飯 鮭の西京焼き ひじきの和風サラダ えのきと卵のとろろ昆布汁 デザート	さけ 味噌 かにかま 卵 豚ひき肉	精白米 砂糖 ごま油 ごま マヨネーズ ホットケーキミックス	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 玉ねぎ えのき 小松菜 果物	牛乳 ♥ピロシキ

15	木	ツナたまごサンド（耳なし） 豆腐入りナゲット フレンチコールスロー オニオンスープ デザート	ツナ缶 卵 豆腐 鶏ひき肉 チーズ	食パン マヨネーズ 片栗粉 薄力粉 スパゲティ バター	キャベツ コーン缶 人参 胡瓜 玉ねぎ ほうれん草 果物 わかめ	麦茶 ♥若布スパゲッティ
16	金	菜飯軟飯 鰯の香りパン粉焼き 切り干し大根の煮物 キャベツのみそ汁（油揚げ抜き） デザート	あじ チーズ味噌 牛乳 卵 ゼラチン ヨーグルト 生クリーム	精白米 マヨネーズ パン粉 砂糖 薄力粉 油	小松菜 切干し大根 人参 乾しいたけ キャベツ 玉ねぎ ほうれん草 果物 オレンジジュース	麦茶 ♥❖オレンジ ヨーグルトゼリー
17	土	軟飯 ひき肉のしょうが焼き 若布とツナの和え物 豆腐とわかめのスープ デザート	鶏ひき肉 豆腐 ツナ	精白米	玉ねぎ 若芽 胡瓜 果物	麦茶 ♥おにぎり
31						
19	月	ハヤシライス（軟飯） ほうれん草のチーズオムレツ ブロッコリーのツナドレサラダ デザート	豚肉 卵 チーズ ツナ缶 牛乳 きなこと	精白米 じゃがいも ゆでうどん 油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 ほうれん草 トマト ブロッコリー 果物	牛乳 ♥きな粉麺
20	火	チーズサンド（耳なし） 魚の天ぷら ❖高野豆腐の味噌ドレサラダ もやしと小松菜のスープ デザート	チーズ メルルーサ 卵 凍り豆腐 味噌 牛乳	食パン マーガリン 薄力粉 油 砂糖 ごま油 黒砂糖	大根 もやし 人参 玉ねぎ わかめ 小松菜 キャベツ 果物	麦茶 ♥❖山芋の ふわふわ焼き
21	水	軟飯 デザート 豆腐ともやしのとろみ煮 （厚揚げ代用） キャベツとツナのサラダ 呉汁	豆腐 豚肉 ツナ缶 大豆水煮 味噌 牛乳 卵	精白米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ ホットケーキミックス	もやし 人参 乾しいたけ 長ねぎ キャベツ 果物 玉ねぎ コーン缶	牛乳 🍞「パンどろぼう」の ♥❖コーンパン
22	木	胚芽米入りチャーハン（レタス抜き） 揚げ餃子 もやしと胡瓜の中華風サラダ 豆腐とわかめのスープ デザート	ロースハム 卵 豆腐 豚ひき肉 牛乳	精白米 胚芽米 ぎょうざの皮 油 砂糖 ごま ごま油 強力粉 バター	長ねぎ キャベツ もやし 人参 玉ねぎ 胡瓜 わかめ 果物	牛乳 ♥ビスケット スコーン
23	金	みそうどん 車麩のから揚げ ほうれん草ののり和え デザート	味噌 卵 チーズ	うどん さいとも 車ふ 砂糖 片栗粉 油 ごま 砂糖 精白米 バター	白菜 長ねぎ 人参 ほうれん草 焼きのり 玉ねぎ 果物 コーン缶	麦茶 ♥❖醤油バター コーンおにぎり
24	土	あゆみまつり お土産があります				
26	火	ミルクロールパン ハンバーグ あけぼのサラダ ミネストローネ デザート	豚ひき肉 卵 ハム ベーコン かつお節	ロールパン 砂糖 パン粉 マカロニ マヨネーズ 黒糖 じゃがいも 油 ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 胡瓜 トマトケチャップ ホールトマト キャベツ セ ロリー 果物	麦茶 ♥利休蒸しパン
27	水	豆乳ちゃんぽんうどん （豚ひき肉使用、かまぼこ抜き） ひき肉のコーン蒸し 南瓜と人参の煮物 デザート	豚ひき肉 豆乳 豚肉 卵 牛乳	うどん パン粉 砂糖 ロールパン マーガリン 薄力粉	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし コーン缶 かぼちゃ 果物	牛乳 ♥❖ぼうしパン
28	水	軟飯 チキンハンバーグ ブロッコリーサラダ カレースープ（ウインナーなし） デザート	鶏ひき肉 牛乳 卵	精白米 砂糖 油 じゃがいも バター カレーフレーク ホットケーキミックス	ブロッコリー 人参 玉ねぎ じゃが芋 果物 キャベツ コーン缶	牛乳 ♥ココアマフィン

○延長保育の補食について…バナナ、おにぎり、サラダせんべいを曜日ごとに提供しています