

2025年05月



たのしい食事だより



日付	曜日	午前のおやつ (乳児のみ)	お昼の献立	午後のおやつ	材 料 名 ()は乳児のみ			
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	木	ヨーグルト	ひじきごはん みそ汁 お浸し パイナップル	牛乳 ソフトあられ	米 砂糖 ソフトあられ	(ヨーグルト) 鶏肉 油揚げ 豆腐 花かつお 牛乳	ひじき 人参 しいたけ さやえんどう玉ねぎ えのき わかめ キャベツ チンゲンサイ パイナップル	しょうゆ かつお節(だし) みそ
2	金	牛乳 塩せんべい	ごはん ツナコロッケ チンゲンサイスープ 付け合せ	牛乳 △わらび餅	(塩せんべい) 米 じゃがいも油 小麦粉 パン粉 わらび餅	ツナ缶 ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 ビーマン チンゲンサイ もやし コーン缶 キャベツ グリーンアスパラ	塩 こしょう ケチャップ ソース コンソメの素 マヨ・ドレ
7	水	牛乳 ポーロ	五目ごはん みそ汁 ごまあえ	牛乳 ビスケット	(ポーロ) 米 砂糖 焼麩 ごま ビスケット	鶏肉 油揚げ 豆腐 牛乳	切干大根 人参 しいたけ 玉ねぎ かいわれ チンゲンサイ きゅうり	かつお節(だし) しょうゆ みりん みそ
8	木	野菜ジュース チーズ	ごはん マカロニサラダ ポークビーンズ レタススープ	牛乳 ☆ジャムサンド	米 じゃがいも 砂糖 油 マカロニ 食パン いちごジャム	(チーズ) 大豆 豚肉 ベーコン ツナ缶 牛乳	(野菜ジュース) 人参 玉ねぎ トマト缶 グリンピース レタス しめじ キャベツ	コンソメの素 ソース ケチャップ 塩 マヨ・ドレ
9	金	牛乳 豆乳ウエハース	ゆかりごはん 拌八宝 春雨スープ パイナップル	牛乳 あられ	(豆乳ウエハース) 米 じゃがいも 油 ごま 砂糖 ごま油 春雨 あられ	ハム 鶏ささ身 卵 生揚げ 牛乳	人参 キャベツ きゅうり もやし さやえんどう コーン缶 パイナップル	ゆかり 酢 しょうゆ 中華の素 塩
12	月	牛乳 ポーロ	チキンカレー フレンチサラダ オレンジ	△ももゼリー	(ポーロ) 米 じゃがいも 油 砂糖	(牛乳) 鶏肉 ハム	人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり コーン缶 オレンジ ももゼリー	カレールウ 酢 塩 こしょう
13	火	牛乳 バナナ	ごはん 煮魚 みそ汁 切干大根とひじきのサラダ	牛乳 パイン缶 クラッカー	米 砂糖 クラッカー	さば 豆腐 ハム 牛乳	(バナナ) しょうが 玉ねぎ ごぼう かいわれ 切干大根 ひじき きゅうり 人参 パイン缶	みりん 酒 しょうゆ かつお節(だし) みそ マヨ・ドレ
14	水	牛乳 オレンジ	ごはん みそかつ すまし汁 付け合せ	飲むヨーグルト サブレ	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 サブレ	(牛乳) 豚肉 飲むヨーグルト	(オレンジ) 大根 しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり	塩 こしょう みそ かつお節(だし) しょうゆ マヨ・ドレ
15	木	牛乳 塩せんべい	お弁当の用意をお願いします	お菓子詰め合わせ	(塩せんべい) お菓子詰め合わせ	(牛乳)		
16	金	牛乳 ウエハース	米粉ロール キャベツスープ ナポリタンスパゲティ ヨーグルトあえ	カルピス 野菜スナック	(ウエハース) 米粉ロール スパゲティ 油 野菜スナック	(牛乳) ウインナー ヨーグルト カルピス	玉ねぎ ビーマン マッシュルーム キャベツ えのき パセリ もも缶 パイン缶 フルーツジュース	コンソメの素 ケチャップ ソース 塩
19	月	ヨーグルト	豚丼 ニラスープ キャベツサラダ パイナップル	牛乳 △ーロカステラ	米 油 砂糖 じゃがいも ーロカステ ラ	(ヨーグルト) 豚肉 油揚げ ハム 牛乳	玉ねぎ みつばにら キャベツ きゅうり コーン缶 パイナップル	かつお節(だし) 塩 しょうゆ みりん 酒 中華の素 マヨ・ドレ
20	火	牛乳 バナナ	ごはん さわらの揚げ煮 五目汁 ごまあえ	☆フルーツヨーグルト	米 片栗粉 油 砂糖 ごま	(牛乳) さわら 豆腐 油揚げ ヨーグルト	(バナナ) もやし ごぼう ねぎ キャベツ 白菜 人参 もも缶 パイン缶	ケチャップ ソース みりん しょうゆ かつお節(だし) みそ
21	水	牛乳 塩せんべい	ごはん 豆腐の肉みそかけ そうめん汁 お浸し	牛乳 ビスケット	(塩せんべい) 米 油 砂糖そうめん 焼麩 ビスケット	豆腐 鶏ミンチ 花かつお 牛乳	玉ねぎ グリンピース えのき かいわれ チンゲンサイ もやし	みそ かつお節(だし) しょうゆ 塩
22	木	牛乳 オレンジ	ごはん みそ汁 納豆あえ とりすき風煮	牛乳 ポテトスナック	米 油 砂糖 じゃがいも ポテトスナック	鶏肉 高野豆腐 さつま揚げ 納豆 牛乳	(オレンジ) ねぎ ごぼう 糸こんにゃく 玉ねぎ わかめ チンゲンサイ	酒 しょうゆ かつお節(だし) みそ
23	金	牛乳 バナナ	ごはん アスパラサラダ コーン入ポークシチュー ヨーグルト	りんごジュース せんべい	米 じゃがいも 油 せんべい	(牛乳) 豚肉 ベーコン ヨーグルト	(バナナ) 玉ねぎ 人参 コーン缶 パセリ グリーンアスパラ きゅうり フルーツジュース	シチューの素 マヨ・ドレ
26	月	牛乳 ウエハース	鶏肉の照り焼き丼 五目汁 パイナップル	野菜ジュース ビスケット チーズ	(ウエハース) 米 油 片栗粉 じゃがいも ビスケット	(牛乳) 鶏肉 豆腐 チーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ えのき もやし パイナップル 野菜ジュース	しょうゆ みりん 酒 かつお節(だし) みそ
27	火	牛乳 バナナ	ごはん 豚汁 酢の物 ひじきの炒め煮	牛乳 ☆ホットケーキ	米 油 砂糖 ホットケーキミックス	ツナ缶 豚肉 牛乳 豆腐	(バナナ) ひじき ごぼう ねぎ こんにゃく 人参 グリンピース 大根 玉ねぎ わかめ きゅうり みかん缶	かつお節(だし) しょうゆ みそ 酢 塩
28	水	牛乳 オレンジ	ごはん 照り魚 なめこ汁 スパゲティサラダ	牛乳 コーンスナック	米 片栗粉 油 砂糖 スパゲティ コーンスナック	メルルーサ 豆腐 ハム 牛乳	(オレンジ) なめこ みつば キャベツ きゅうり	しょうゆ 酒 みりん かつお節(だし) 白みそ マヨ・ドレ
29	木	ヨーグルト	スタミナチャーハン わかめスープ そら豆入りポテトサラダ	牛乳 △ケーキ	米 ごま油 じゃがいも ケーキ	(ヨーグルト) 焼き豚 ハム 牛乳	にんにく 人参 玉ねぎ ビーマン わかめ レタス えのき そら豆 コーン缶	しょうゆ 塩 こしょう コンソメの素 マヨ・ドレ
30	金	牛乳 ポーロ	ごはん みそ汁 豚肉のじゃが芋きんぴら おかかあえ	牛乳 オレンジ せんべい	(ポーロ) 米 じゃがいも 砂糖 ごま油 せんべい	豚肉 油揚げ 花かつお 牛乳	人参 ビーマン もやし えのき チンゲンサイ オレンジ	しょうゆ みりん かつお節(だし) みそ
毎	土		塩むすび		米			塩

毎月19日は「食育の日」
☆ 手作りおやつ
△ 注文おやつ

注) B.P=ベーキングパウダー マヨ・ドレ=マヨネーズ風ドレッシング
* 献立表は上記のように予定しておりますが、変更になる場合があります
また、乳児については発達の状態に応じて**材料**が変更になる場合もありますのでご了承ください