



令和7年 5月 献立表



献立は都合により変更する場合があります。

※のついているところは、アレルギーを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

日付	曜日	午前おやつ 0~1歳児	普通食 昼食	午後 おやつ	保育園 一日の栄養量 0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています								炭水化物 脂質 (力になる 黄の食品)	たんぱく質 (血になる 赤の食品)	ビタミン (体を整える 緑の食品)	アレルギー					
					熱量(kcal)		蛋白質(g)		脂質(g)		塩分(g)					卵	乳	いくら	キウイ フルーツ	山いも	くるみ アーモンド ピーナッツ
					幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児									
1	木	ぎゅうにゅう おかし	ちゃんぽんうどん じゃがいものしおこんぶあえ 1日りんごラッシー-19日フルーツ	ぎゅうにゅう ツナとしめじのピラフ	695	627	23.2	21.2	27.0	25.6	2.7	2.2	うどん	ぶたにく	きゅうり	○					
19	月				632	578	19.8	18.6	23.6	22.9	2.5	2.2									
2	金	ぎゅうにゅう おかし	キーマカレー はるさめマヨサラダ ラッシー	ぎゅうにゅう メープルパンケーキ	721	649	23.5	21.6	27.2	26.2	3.1	2.6	ごはん	ひきにく	にんじん	○					
20	火																				
7	21	水	ぶたにくのごまみそやき サラダな ごもくに すましじる	ぎゅうにゅう ぎょうざでおこのみやき	524	481	27.1	24.7	12.0	14.0	1.8	1.6	ごはん	ぶたにく	いんげん	○					
22	木	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう デニッシュパン アスパラガスとマカロニのグラタン やさいスープ	むぎちゃ たぬきおむぎめん	593	587	21.8	21.1	33.3	33.0	2.9	2.9	パン	とりにく	アスパラ ガス	○	○				
9	23	金	うめごはん アジフライ サラダな わかめのすのもの みそしる	0~2歳ラッシー おかし 3歳~ヨーグルト おかし	559	597	24.1	24.3	12.4	19.6	2.5	2.1	ごはん	アジ	きゅうり	※	○	※	※	※	※
10	24	土	むぎちゃ おかし	レタスチャーハン きりぼしだいこんのマヨサラダ ちゅうかスープ	むぎちゃ おかし フルーツ	506	400	12.2	9.8	13.4	10.7	1.9	1.7	ごはん	ひきにく	レタス					
12	26	月	とりにくのレモンやき こまつなのおかかあえ みそしる	ぎゅうにゅう ババロア おかし	615	600	29.7	26.9	23.2	24.7	2.6	2.2	ごはん	とりにく	こまつな	○					
13	27	火	ミートソーススパゲッティ ひじきとささみのごまサラダ マンゴーラッシー	むぎちゃ そらまめのまぜごはん	680	654	27.5	25.4	15.5	18.4	1.9	1.7	スパゲッ ティ	ひきにく	きゅうり	○					
14	28	水	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう ツナサンド ジャーマンポテト トマトスープ	むぎちゃ やきうどん	563	564	18.4	18.3	27.8	27.8	2.8	2.7	パン	ベーコン	トマト	○				
15	29	木	ぶたにくのしゃぶしゃぶふう おかし 新メニュー マカロニサラダ みそしる	ぎゅうにゅう おかし フルーツ	659	621	21.7	20.1	22.1	24.0	2.0	1.8	ごはん	ぶたにく	にんじん	※	○	※	※	※	※
16	30	金	さわらのバターじょうゆソテー はるキャベツのコールスロー みそしる	ぎゅうにゅう あげぱん	602	675	25.6	28.9	29.4	31.3	1.9	2.2	ごはん	さわら	キャベツ	○	○	※	※	※	※
17	31	土	むぎちゃ おかし	ぶたてりどんぶり かいそうサラダ みそしる	むぎちゃ おかし フルーツ	592	473	18.5	14.6	15.3	12.3	2.9	2.1	ごはん	ぶたにく	きゅうり					
誕生会	8	木	ぎゅうにゅう おかし	たきこみごはん かぶとバーグ きゅうり トマト すましじる	ぎゅうにゅう かしわもちふうむしパン	735	705	25.9	24.3	29.1	29.7	3.1	2.7	ごはん	ひきにく	トマト	○				

**5月5日は
こどもの日/端午の節句**

子どもたちの健やかな成長を願う日です。この日に食べるのが、「かしわもち」 かしわの葉は、新しい葉が出るまで古い葉が落ちないので、健やかな成長と子孫繁栄の願いを込めて、このかしわの葉でつつんだお餅を食べるようになったそうです。保育園では8日にかしわもち風蒸しパンを提供します☆お楽しみに~