

日/曜	10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
2/月		ご飯 味噌汁(豆腐) 半月卵の甘酢焼き ホウレン草お浸し 牛乳おから グレープフルーツ	とうふ たまご おから あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	ねぎ キャベツ ほうれんそう のり にんじん グレープフルーツ	牛乳 まがりせんべい	528	21.2	15.5	2.1	バナナ
3/火	憲法記念日										
4/水	みどりの日										
5/木	こどもの日										
6/金		5月のカレー 大根スープ 糸寒天のサラダ グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも 食パン マーメイドジャム	にんじん たまねぎ アスパラ いんげん だいこん こまつな かんでん わかめ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 マーメイド サンド	446	15.5	13.4	1.7	ジャム サンド
7/土		五目うどん 牛乳 バナナ	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ バナナ	牛乳 白い風船	481	17.4	17.4	2.2	バナナ
9/月		ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 炒め卵のくずあんかけ いんげんエビ炒め 切干大根煮 グレープフルーツ	とうふ たまご ぶたにく ほしえび あぶらあげ ぎゅう にゅう ベーコン チーズ みそ	こめ かたくり オリーブ油 食パン	えのきたけ にんじん たまねぎ いんげん パセリ 切干しいたけ ひじき グリーンピース グレープフルーツ	牛乳 ピザトースト	567	24.2	18.5	3.5	白い風船
10/火		ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) オニオンコロッケ キャベツサラダ ひじき煮 グレープフルーツ	ぶたにく たまご だいず さつま揚げ ぎゅうにゅう ほしえび ベーコン みそ	こめ 板ふ パン粉 こむぎこ しらたき ビーフン	にんじん こまつな たまねぎ キャベツ ひじき いんげん グレープフルーツ	牛乳 焼きビーフン	555	21.4	14.9	1.4	ぎんびす ビスケット
11/水		ご飯 味噌汁(かぶ・しめじ) 豆腐小判焼き ほうれん草の胡麻和え 鶏レバー生姜煮 グレープフルーツ	とうふ ほしえび たまご レバー ぎゅうにゅう みそ	こめ パン粉 かたくりこ ごま	かぶ にんじん しめじ 乾しいたけ たまねぎ ほうれんそうしょうが グレープフルーツ いんげん ごぼう	牛乳 野菜チップス	482	22.1	12.7	1.8	ぼたぼた 焼き
12/木		ご飯 味噌汁(小松菜・人参) かつおの竜田揚げ ハムと野菜のナムル 蕪の甘酢づけ グレープフルーツ	かつお ハム みそ ぎゅうにゅう たまご	こめ かたくりこ ごま ごま油 食パン	こまつな にんじん しいたけ しょうが トウモロコシ もやし ひじき かぶ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 フレンチトースト	507	26.1	12.2	1.5	ゆかり おにぎり
13/金		ご飯 味噌汁(南瓜・板麩) チンジャオロース 海草サラダ グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう きな粉 みそ	こめ 板ふ かたくりこ ごま油 マカロニ	かぼちゃ たまねぎピーマン たけのこ にんじん もやし きゅうりレタス コーン缶 グレープフルーツ	牛乳 きな粉マカロニ	515	18.0	12.6	0.6	味しらべ
14/土		けんちんうどん 牛乳 バナナ	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	うどん	ごぼう にんじん だいこん ねぎ バナナ	牛乳 ぎんびす ビスケット	438	16.3	13.4	2.3	バナナ
16/月		ご飯 味噌汁(ほうれん草) 五目卵焼き もやしのカレーサラダ 昆布の煮物 グレープフルーツ	たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま油 じゃがいも かたくりこ	ほうれんそうにんじん えのき しいたけ いんげん ねぎ ひじき もやし きゅうり こんぶ グレープフルーツ	牛乳 みそじゃが だんご	508	20.4	15.6	2.5	ぎんびす ビスケット
17/火		ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) 鮭の南蛮漬け 切干大根サラダ グレープフルーツ	べにざけ ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ 食パン いちごジャム	キャベツ もやし にんじん たまねぎ ピーマン こんぶ 切干しいたけ きゅうり	牛乳 ジャムサンド	488	22.1	9.8	1.8	ジャム サンド
18/水		筍ご飯 すまし汁 つくね団子 ゆでアスパラ かぼちゃ天 グレープフルーツ	あぶらあげ みそ きな粉 たまご とうにゅう セラチン	こめ 天ぷら粉	たけのこ しめじ わかめ ねぎ しょうが アスパラ かぼちゃ グレープフルーツ	豆乳プリン クラッカー	422	17.4	12.6	1.3	わかめ おにぎり
19/木		ご飯 味噌汁(人参・切干大根) 高野豆腐の酢豚風 マロニーサラダ グレープフルーツ	あぶらあげ 高野豆腐 ハム ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ かたくりこ はるさめ	切干しいたけにんじん たまねぎ たけのこ 乾しいたけピーマン しょうが きゅうり グレープフルーツ	牛乳 チーズ 白い風船	579	20.0	20.2	1.5	白い風船
20/金		ゆかりご飯 味噌汁(板麩・小松菜) 味噌焼きチキン レタス付け合わせ しゃきしゃきサラダ グレープフルーツ	とりにく ヨーグルト みそ	こめ 板ふ オリーブ油 じゃがいも いちごジャム	えのき こまつな レタス ミニトマト きゅうり にんじん グレープフルーツ	ヨーグルト クラッカーサンド	453	21.2	7.9	1.7	ごま おにぎり
21/土		卵うどん 牛乳 バナナ	たまご とりにく あぶらあげ	うどん	ねぎ にんじん いんげん バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	518	17.8	18.8	2.3	バナナ
23/月		ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 納豆の岩石揚げ ホウレン草なめたけ和え みそきんぴら グレープフルーツ	とうふ なつとう たまご ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ ながいも 白玉粉 こむぎこ かたくりこ こんにやくごま油	えのき にんじん こねぎ ほうれんそう ひじき ごぼう グレープフルーツ なめたけ	牛乳 ほっぺた おこちもち	587	19.1	17.5	1.8	ココナッツ サブレ
24/火		ご飯 味噌汁(板麩・わかめ) めかじき照り焼き もやしオクラおかかあえ 根菜煮 グレープフルーツ	めかじき 花かつお セラチン ぎゅうにゅう みそ	こめ 板ふ じゃがいも	わかめ ねぎ しょうが オクラ もやし ひじき だいこん にんじん いんげん グレープフルーツ ぶどうジュース	グレープゼリー 味しらべ	431	20.2	1.8	1.9	味しらべ
25/水		ご飯 味噌汁(キャベツ・小松菜) 炒り豆腐 かぶとツナの和え物 すき昆布煮 グレープフルーツ	とうふ ぶたにく たまご ツナ缶 ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ しらたき	キャベツ こまつな もやし たまねぎ にんじん 乾しいたけ グリーンピース かぶ 昆布 グレープフルーツ	牛乳 ぼたぼた焼き	515	19.5	13.4	2.7	ぼたぼた 焼き
26/木		麦茶 グレープフルーツ	ぎゅうにゅう	レーズンパン	グレープフルーツ	牛乳 レーズンパン	574	25.3	18.3	4.4	レーズン パン
27/金		プルコギ丼 味噌汁(大根) ゆかり和・グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ ごま油 かたくりこ ごま ロールパン	にんにく たまねぎ にんじん だいこん わかめ キャベツ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 揚げパン	542	20.7	19.1	1.2	ロールパン
28/土		野菜うどん 牛乳 バナナ	とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ほうれんそう ねぎ にんじん バナナ	牛乳 星たべよ	456	16.3	15.4	2.0	バナナ
30/月		ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) ひじき卵焼き 小松菜の納豆和え もやし炒め グレープフルーツ	とうふ たまご なつとう ぎゅうにゅう 花かつお みそ	こめ こむぎこ	えのき にんじん ひじき いんげん こまつな もやし たまねぎ ピーマン グレープフルーツ こねぎ	牛乳 ねぎとおかかの もちもち焼き	482	21.0	12.3	2.1	星たべよ
31/火		ご飯 味噌汁(じゃが芋・油あげ) 鶏わかめハンバーグ キャベツサラダ 煮なます グレープフルーツ	あぶらあげ とりにく たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも パン粉 しらたき 中華めん	ねぎ わかめ しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり ごぼう にんじん 乾しいたけ グレープフルーツ もやし	牛乳 みそらーめん	557	22.4	12.9	1.8	まがり せんべい

※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみになります。栄養価に6時のおやつは含みません。

お知らせ

給食時に使用しているランチョンマット(げんきりょうりマット)を、
トレーに変えました。

トレーが変わったことで個々の食卓が分かりやすくなり、配膳もしやす
くなりました。





5月の献立表(1・2歳児)



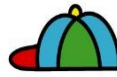
日/曜	10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
2/月	牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐) 半月卵の甘酢焼き ホウレン草お浸し 牛乳おから グレープフルーツ	とうふ たまご おから あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ	ねぎ キャベツ ほうれんそう のり にんじん グレープフルーツ	牛乳 まがりせんべい	388	15.3	12.7	1.2	バナナ
3/火	憲法記念日										
4/水	みどりの日										
5/木	こどもの日										
6/金	牛乳	5月のカレー 大根スープ 糸寒天のサラダ グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも 食パン マーメイドジャム	にんじん たまねぎ アスパラ いんげん だいこん こまつな かんてん わかめ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 マーメイド サンド	412	14.7	13.9	1.3	ジャム サンド
7/土	牛乳	五目うどん 牛乳 バナナ	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ バナナ	牛乳 白い風船	353	14.4	15.4	1.1	バナナ
9/月	牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 炒め卵のくずあんかけ いんげんエビ炒め 切干大根煮 グレープフルーツ	とうふ たまご ぶたにく ほしえび あぶらあげ ぎゅう にゅう ベーコン チーズ みそ	こめ かたくりこ オリーブ油 食パン	えのきたけ にんじん たまねぎ いんげん ハセリ 切干しだいこん ひじき グリーンピース グレープフルーツ	牛乳 ピザトースト	422	18.9	16.5	1.9	白い風船
10/火	牛乳	ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) オニオンコロッケ キャベツサラダ ひじき煮 グレープフルーツ	ぶたにく たまご だいたい さつま揚げ ぎゅうにゅう ほしえび ベーコン みそ	こめ 板ふ パン粉 こむぎこ しらたき ビーフン	にんじん こまつな たまねぎ キャベツ ひじき いんげん グレープフルーツ	牛乳 焼きビーフン	403	16.3	13.4	1.0	ぎんびす ビスケット
11/水	牛乳	ご飯 味噌汁(かぶ・しめじ) 豆腐小判焼き ほうれん草の胡麻和え 鶏レバー生姜煮 グレープフルーツ	とうふ ほしえび たまご レバー ぎゅうにゅう みそ	こめ パン粉 かたくりこ ごま	かぶ にんじん しめじ 乾しいたけ たまねぎ ほうれんそう しょうが グレープフルーツ いんげん ごぼう	牛乳 野菜チップス	362	16.0	12.2	1.1	ぼたぼた 焼き
12/木	牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜・人参) かつおの竜田揚げ ハムと野菜のナムル 蕪の甘酢づけ グレープフルーツ	かつお ハム みそ ぎゅうにゅう たまご	こめ かたくりこ ごま ごま油 食パン	こまつな にんじん しいたけ しょうが トウモロコ もやし ひじき かぶ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 フレンチトースト	380	18.8	12.5	0.9	ゆかり おにぎり
13/金	牛乳	ご飯 味噌汁(南瓜・板麩) チンジャオロース 海草サラダ グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう きな粉 みそ	こめ 板ふ かたくりこ ごま油 マカロニ	かぼちゃ たまねぎ ピーマン たけのこ にんじん もやし きゅうり レタス ユン缶 グレープフルーツ	牛乳 きな粉マカロニ	416	15.8	12.8	0.5	味しらべ
14/土	牛乳	けんちんうどん 牛乳 バナナ	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	うどん	ごぼう にんじん だいこん ねぎ バナナ	牛乳 ぎんびす ビスケット	311	12.5	11.8	1.2	バナナ
16/月	牛乳	ご飯 味噌汁(ほうれん草) 五目卵焼き もやしのカレーサラダ 昆布の煮物 グレープフルーツ	たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま油 じゃがいも かたくりこ	ほうれんそう にんじん えのき しいたけ いんげん ねぎ ひじき もやし きゅうり こんぶ グレープフルーツ	牛乳 みそじゃが だんご	393	15.6	13.4	1.8	ぎんびす ビスケット
17/火	牛乳	ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) 鮭の南蛮漬け 切干大根サラダ グレープフルーツ	べにざけ ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ 食パン いちごジャム	キャベツ もやし にんじん たまねぎ ピーマン こんぶ 切干しだいこん きゅうり	牛乳 ジャムサンド	369	18.1	10.1	1.0	ジャム サンド
18/水	牛乳	筍ご飯 すまし汁 つくね団子 ゆでアスパラ かぼちゃ天 グレープフルーツ	あぶらあげ みそ きな粉 たまご とうにゅう セラチン	こめ 天ぷら粉	たけのこ しめじ わかめ ねぎ しょうが アスパラ かぼちゃ グレープフルーツ	豆乳プリン クラッカー	341	13.4	12.1	0.8	わかめ おにぎり
19/木	牛乳	ご飯 味噌汁(人参・切干大根) 高野豆腐の酢豚風 マロニーサラダ グレープフルーツ	あぶらあげ 高野豆腐 ハム ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ かたくりこ はるさめ	切干しだいこん にんじん たまねぎ たけのこ 乾しいたけ ピーマン しょうが きゅうり グレープフルーツ	牛乳 チーズ 白い風船	392	14.1	14.9	0.7	白い風船
20/金	牛乳	ゆかりご飯 味噌汁(板麩・小松菜) 味噌焼きチキン レタス付け合わせ しゃきしゃきサラダ グレープフルーツ	とりにく ヨーグルト みそ	こめ 板ふ オリーブ油 じゃがいも いちごジャム	えのき こまつな レタス ミニトマト きゅうり にんじん グレープフルーツ	ヨーグルト クラッカーサンド	347	14.4	9.5	1.0	ごま おにぎり
21/土	牛乳	卵うどん 牛乳 バナナ	たまご とりにく あぶらあげ	うどん	ねぎ にんじん いんげん バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	381	14.9	16.3	1.5	バナナ
23/月	牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 納豆の岩石揚げ ホウレン草なめたけ和え みそきんぴら グレープフルーツ	とうふ なつとう たまご ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ ながいも 白玉粉 こむぎこ かたくりこ こんにやくごま油	えのき にんじん こねぎ ほうれんそう ひじき ごぼう グレープフルーツ なめたけ	牛乳 ほっぺた おこちもち	463	16.4	16.5	1.0	ココナッツ サブレ
24/火	牛乳	ご飯 味噌汁(板麩・わかめ) めかじき照り焼き もやしオクラおかかあえ 根菜煮 グレープフルーツ	めかじき 花かつお セラチン ぎゅうにゅう みそ	こめ 板ふ じゃがいも	わかめ ねぎ しょうが オクラ もやし ひじき だいこん にんじん いんげん グレープフルーツ ぶどうジュース	グレープゼリー 味しらべ	337	17.2	4.9	1.1	味しらべ
25/水	牛乳	ご飯 味噌汁(キャベツ・小松菜) 炒り豆腐 かぶとツナの和え物 すき昆布煮 グレープフルーツ	とうふ ぶたにく たまご ツナ缶 ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ しらたき	キャベツ こまつな もやし たまねぎ にんじん 乾しいたけ グリーンピース かぶ 昆布 グレープフルーツ	牛乳 ぼたぼた焼き	385	15.4	12.9	1.6	ぼたぼた 焼き
26/木	牛乳	みそ汁 グレープフルーツ	ぎゅうにゅう みそ とうふ	レーズンパン	グレープフルーツ わかめ	牛乳 レーズンパン	196	8.1	8.2	0.4	レーズン パン
27/金	牛乳	プルコギ丼 味噌汁(大根) ゆかり和 ・グレープフルーツ	ぶたにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ ごま油 かたくりこ ごま ロールパン	にんにく たまねぎ にんじん たら だいこん わかめ キャベツ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 揚げパン	476	18.2	17.7	1.0	ロールパン
28/土	牛乳	野菜うどん 牛乳 バナナ	とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ほうれんそう ねぎ にんじん バナナ	牛乳 星たべよ	351	14.2	14.7	1.2	バナナ
30/月	牛乳	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) ひじき卵焼き 小松菜の納豆和え もやし炒め グレープフルーツ	とうふ たまご なつとう ぎゅうにゅう 花かつお みそ	こめ こむぎこ	えのき にんじん ひじき いんげん こまつな もやし たまねぎ ピーマン グレープフルーツ こねぎ	牛乳 ねぎとおかかの もちもち焼き	366	15.6	11.0	1.2	星たべよ
31/火	牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋・油あげ) 鶏わかめハンバーグ キャベツサラダ 煮なます グレープフルーツ	あぶらあげ とりにく たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも パン粉 しらたき 中華めん	ねぎ わかめ しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり ごぼう にんじん 乾しいたけ グレープフルーツ もやし	牛乳 みそらーめん	418	16.6	11.6	1.3	まがり せんべい

※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみにあります。栄養価に6時のおやつは含まれません。



5月の離乳食予定表

令和4年度



大新保育園

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
かゆ・汁 湯豆腐 煮野菜	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	かゆ・汁 ポトフ風煮 寒天サラダ	野菜うどん バナナ
白せんべい				食パン	ヨーグルト
9	10	11	12	13	14
かゆ・汁 炒り豆腐 切干煮	かゆ・汁 豚のくず煮 ひじき煮	かゆ・汁 豆腐小判焼き レバー煮	かゆ・汁 煮魚(たら) 煮野菜	かゆ・汁 豚の野菜煮 わかめ和え	煮込みうどん バナナ
食パン	うどん	おじや	食パン	うどん	ヨーグルト
16	17	18 誕生会	19	20	21
かゆ・汁 湯豆腐 昆布煮	かゆ・汁 煮魚(鮭) 切干煮	かゆ・汁 鶏団子 かぼちゃ煮	かゆ・汁 高野の含め煮 マロニー和え	かゆ・汁 鶏のくず煮 マッシュポテ	野菜うどん バナナ
茹でポテト	食パン	豆乳プリン	白せんべい	ヨーグルト	ヨーグルト
23	24	25	26	27	28
かゆ・汁 豆腐あんかけ みそ煮野菜	かゆ・汁 煮野菜(たら) 根菜煮	かゆ・汁 炒り豆腐 昆布煮	かゆ・汁 湯豆腐 煮野菜	かゆ・汁 豚のくず煮 煮野菜	煮込みうどん バナナ
うどん	青のりがゆ	白せんべい	食パン	おじや	ヨーグルト
30	31				
かゆ・汁 豆腐あんかけ 煮野菜	かゆ・汁 鶏そぼろ キャベツおひたし				
うすやき	うどん				



入園・進級してから1ヶ月が経ち、新しい生活に慣れてきた子どもたち。サンルームで元気に活動し、給食もモグモグと上手に食べる姿が見られるようになりました。連休明けには疲れが出てくることも考えられます。ゆったり楽しく食事ができるよう、配慮していきたいと思ひます。