

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
1 /水	こいのぼりランチ すまし汁 グレープフルーツ こいのぼり会	たまご ウィナー ぎゅうにゅう ゼラチン	こめ じゃがいも	アスパラガス にんじん こまつな たまねぎ きゅうり しめじ ミックスベジタブル グレープフルーツ みかん缶	ミルクプリン つぶつぶ ベジタブル	487	11.5	17.6	2.3	バナナ
2 /木	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 ごま油 食パン	にんじん たまねぎ アスパラ いんげん だいこん こまつな 糸寒天 わかめ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 マーマレード サンド	480	17.6	14.3	1.9	ジャム サンド
3 /金	憲法記念日									
4 /土	みどりの日 									
6 /月	振替休日									
7 /火	ご飯 味噌汁(豆腐) 半月卵の甘酢焼き ホウレン草お浸し 切干大根煮 グレープフルーツ	とうふ たまご 油揚げ ぎゅうにゅう みそ	こめ	ねぎ きゃべつ グリンピース ほうれんそう のり ひじき 切干大根 にんじん グレープフルーツ	牛乳 まがりせんべい	508	20.9	15.3	2.0	ぼたぼた 焼き
8 /水	ご飯 味噌汁(大根・人参) 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 みそ	こめ かたくりこ ごま油 食パン	にんじん ほうれんそう だいこん ビーマン たけのこ もやし きゅうり レタス ヨーン缶 グレープフルーツ いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	486	18.2	12.6	1.1	ジャム サンド
9 /木	ご飯 味噌汁(ねぎ・わかめ) みそ焼きチキン レタス付合わせ しゃきしゃきサラダ グレープフルーツ	とりにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ じゃがいも マカロニ	ねぎ えのき わかめ にんじん レタス ミントトマトレモン汁 グレープフルーツ	牛乳 きな粉マカロニ	477	25.7	11.5	1.4	味しらべ
10 /金	中華丼 味噌汁(板麩・小松菜) かぶとツナの和え物 グレープフルーツ	ぶたにく うずら卵 ツナ缶ぎゅうにゅう ほしえび ベーコン みそ	こめ かたくりこ いたふ ビーフン	はくさい にんじん ビーマン たけのこ にんにく えのき こまつな かぶ グレープフルーツ キャベツ	牛乳 焼きビーフン	474	18.0	12.5	2.2	ゆかり おにぎり
11 /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	459	17.4	17.4	2.2	バナナ
13 /月	ご飯 味噌汁(人参・たまねぎ) 炒り豆腐 きゃべつの和え物 グレープフルーツ	とうふ ぶたにく たまご ツナ缶 ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま ごま油 じゃがいも	ほうれんそう たまねぎ にんじん 乾しいたけ グリンピース キャベツ グレープフルーツ	牛乳 みそじゃが	494	21.3	17.1	1.6	バナナ
14 /火	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 納豆の岩石揚げ いんげん胡麻和え わかめとちくわの和え グレープフルーツ	とうふ なつとう たまご ちくわ ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ ながいも こむぎこ かたくりこ	えのき にんじん こねぎ いんげん わかめ しょうが きゅうり グレープフルーツ	牛乳 チーズ たべっこどうぶつ	615	23.0	21.4	1.7	サラダ せん
15 /水	筍ご飯 すまし汁 誕生会 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 とりにく たまご 豆乳 ゼラチン きな粉 みそ	こめ てんぷら粉	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 リッツクラッカー	407	17.4	12.6	1.3	まがり せんべい
16 /木	ご飯 味噌汁(小松菜・人参) かつおの照り焼き みそきんぴら カブの甘酢づけ グレープフルーツ	かつお ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ こんにやく ごま油	こまつな にんじん しいたけ しょうが ごぼう ひじき かぶ きゅうり グレープフルーツ	牛乳 サラダせん	516	21.5	15.1	1.5	バナナ
17 /金	ピースライス 味噌汁(人参・にら) 春キャベツと豚肉和風 ホウレン草白和え グレープフルーツ	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう チーズ ベーコン みそ	こめ いたふ ごま ごま油 しらたき 食パン	グリンピース にんじん にら キャベツ 赤ピーマン バセリ ピーマン ねぎ ほうれんそう グレープフルーツ たまねぎ	牛乳 ピザトースト	506	22.8	17.2	2.1	ごま おにぎり
18 /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 ぼたぼた焼き	418	15.9	13.9	2.1	バナナ
20 /月	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 しらす みそ	こめ じゃがいも パン粉 しらたき こむぎこ	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 にら	牛乳 にらおやき	457	20.2	12.8	1.1	バナナ
21 /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	さけ ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ かたくりこ パン	キャベツ もやし にんじん たまねぎ ビーマン 切干大根 きゅうり 昆布つくだ煮 グレープフルーツ	牛乳 揚げパン	480	22.8	11.1	1.7	ゆかり おにぎり
22 /水	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 五目卵焼き もやしのカレーサラダ すき昆布煮 グレープフルーツ	とうふ たまご ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま油 しらたき	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 昆布 グレープフルーツ	牛乳 源氏パイ	521	19.6	19.1	2.5	ぼたぼた 焼き
23 /木	年長児 クッキング 4歳以下 お弁当の日	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	227	9.4	8.7	0.5	レーズン パン
24 /金	プルコギ丼 味噌汁(大根) ゆかり和え グレープフルーツ	ぶたにく ヨーグルト みそ	こめ ごま油 かたくりこ ごま	にんにくたまねぎ にんじん にら だいこん わかめ キャベツ きゅうり グレープフルーツ	ヨーグルト ぎんびす ビスケット	492	18.5	13.4	1.2	わかめ おにぎり
25 /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 みそ	うどん	ごぼう にんじん だいこん ねぎ バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	427	15.9	14.9	2.3	ココナッツ サブレ
27 /月	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 だいち缶 さつま揚げ ぎゅうにゅう みそ	こめ いたふ パン粉 こむぎこ しらたき	にんじん こまつな たまねぎ キャベツ きゅうり ひじき いんげん グレープフルーツ バナナ	牛乳 バナナ	461	18.3	12.2	1.3	バナナ
28 /火	ご飯 味噌汁(かぶ・しめじ) 豆腐小判焼き ホウレン草の胡麻和え 鶏レバー生巻煮 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 ちゅうかめん	かぶ にんじん しめじ 乾しいたけ たまねぎ もやし ほうれんそう しょうが グレープフルーツ	牛乳 みそらーめん	653	30.5	17.1	3.2	味しらべ
29 /水	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 みそ	こめ	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 ビーマン グレープフルーツ	牛乳 まがりせんべい	472	19.6	12.3	2.0	まがり せんべい
30 /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 こうやとうふ ハム ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ はるさめ じゃがいも	切干し大根 にんじん たまねぎ たけのこ 乾しいたけ ビーマン しょうが きゅうり グレープフルーツ あおのり	牛乳 あおのりぼてと	457	17.4	13.9	1.4	バナナ
31 /金	ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) さばのカレーニエル 牛乳おから おかかあえ(オクラ・もやし) グレープフルーツ	さば 花かつお おから あぶらあげ ぎゅうにゅう ゼラチン みそ	こめ いたふ こむぎこ	こまつな ねぎ オクラ もやし ひじき にんじん 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	469	18.5	11.3	1.9	ゆかり おにぎり

※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。



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
1 /水	こいのぼりランチ すまし汁 バナナ	たまご ウイナー ぎゅうにゅう ゼラチン	こめ じゃがいも	アスパラガス にんじん こまつな たまねぎ きゅうり しめじ ミックスベジタブル バナナ みかん缶	ミルクプリン つぶつぶ ベジタブル	359	9.5	15.0	1.4	バナナ
2 /木	5月のカレー 大根スープ 糸寒天のサラダ バナナ	ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも ごま油 食パン	にんじん たまねぎ アスパラ いんげん だいこん こまつな 糸寒天 わかめ きゅうり バナナ	牛乳 マーメイド サンド	449	17.0	15.0	1.6	ジャム サンド
3 /金	憲法記念日									
4 /土	みどりの日									
6 /月	振替休日									
7 /火	ご飯 味噌汁(豆腐) 半月卵の甘酢焼き ホウレン草お浸し 切干大根煮 バナナ	とうふ たまご 油揚げ ぎゅうにゅう みそ	こめ	ねぎ きゃべつ グリンピース ほうれんそう のり ひじき 切干大根 にんじん バナナ	牛乳 まがりせんべい	371	15.3	12.5	1.2	ぼたぼた 焼き
8 /水	ご飯 味噌汁(大根・人参) チンジャオロース 海草サラダ バナナ	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ ごま油 食パン	にんじん ほうれんそう だいこん ピーマン たけのこ もやし きゅうり レタス コーン缶 バナナ いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	383	15.6	12.6	0.8	ジャム サンド
9 /木	ご飯 味噌汁(ねぎ・わかめ) みそ焼きチキン レタス付合わせ しゃきしゃきサラダ バナナ	とりにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ じゃがいも マカロニ	ねぎ えのき わかめ にんじん レタス ミニトマト レモン汁 バナナ	牛乳 きな粉マカロニ	317	16.2	9.5	0.7	味しらべ
10 /金	中華丼 味噌汁(板麩・小松菜) かぶとツナの和え物 バナナ	ぶたにく うずら卵 ツナ缶ぎゅうにゅう ほしえび ベーコン みそ	こめ かたくりこ いたふ ビーフン	はくさい にんじん ピーマン たけのこ にんにく えのき こまつな かぶ バナナ キャベツ	牛乳 焼きビーフン	338	13.7	11.7	1.5	ゆかり おにぎり
11 /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	332	14.4	15.3	1.1	バナナ
13 /月	ご飯 味噌汁(人参・たまねぎ) 炒り豆腐 きゃべつの和え物 バナナ	とうふ ぶたにく たまご ツナ缶 ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま ごま油 じゃがいも	ほうれんそう たまねぎ にんじん 乾しいたけ グリンピース キャベツ バナナ	牛乳 みそじゃが	381	17.4	16.1	1.1	バナナ
14 /火	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 納豆の岩石揚げ いんげん胡麻和え わかめとちくわの和え バナナ	とうふ なつとう たまご ちくわ ぎゅうにゅう チーズ みそ	こめ ながいも こむぎこ かたくりこ	えのき にんじん こねぎ いんげん わかめ しょうが きゅうり バナナ	牛乳 チーズ たべっこどうぶつ	474	19.2	19.2	1.1	サラダ せん
15 /水	筍ご飯 すまし汁 つくね団子 ゆでアスパラ かぼちゃ天 バナナ	あぶらあげ とりにく たまご 豆乳 ゼラチン きな粉 みそ	こめ てんぷら粉	たけのこ しめじ わかめ ねぎ しょうが アスパラ かぼちゃ バナナ	豆乳プリン リッツクラッカー	331	13.5	12.1	0.9	まがり せんべい
16 /木	ご飯 味噌汁(小松菜・人参) かつおの照り焼き みそきんぴら カブの甘酢づけ バナナ	かつお ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ こんにやく ごま油	こまつな にんじん しいたけ しょうが ごぼう ひじき かぶ きゅうり バナナ	牛乳 サラダせん	413	16.9	15.1	1.0	バナナ
17 /金	ピースライス 味噌汁(人参・にら) 春キャベツと豚肉和風 ホウレン草白和え バナナ	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう チーズ ベーコン みそ	こめ いたふ ごま ごま油 しらたき 食パン	グリンピース にんじん なら キャベツ 赤ピーマン パセリ ピーマン ねぎ ほうれんそう バナナ たまねぎ	牛乳 ピザトースト	348	15.9	13.8	1.1	ごま おにぎり
18 /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 ぼたぼた焼き	319	14.0	13.9	1.2	バナナ
20 /月	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 バナナ	あぶらあげ とりにく たまご ぎゅうにゅう しらす みそ	こめ じゃがいも パン粉 しらたき こむぎこ	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 バナナ なら	牛乳 ならおやき	325	14.2	11.3	0.7	バナナ
21 /火	ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) 鮭の南蛮漬 切干大根サラダ バナナ	さけ ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ かたくりこ パン	キャベツもやし にんじん たまねぎ ピーマン 切干大根 きゅうり 昆布つくだ煮 バナナ	牛乳 揚げパン	355	18.5	10.8	1.0	ゆかり おにぎり
22 /水	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 五目卵焼き もやしのカレーサラダ すき昆布煮 バナナ	とうふ たまご ちくわ ぎゅうにゅう みそ	こめ ごま油 しらたき	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 昆布 バナナ	牛乳 源氏パイ	370	14.9	14.7	1.7	ぼたぼた 焼き
23 /木	年長児 クッキング 4歳以下 お弁当の日	ぎゅうにゅう みそ とうふ	レーズンパン	バナナ ねぎ にんじん	牛乳 レーズンパン	192	8.4	8.3	0.6	レーズン パン
24 /金	プルコギ丼 味噌汁(大根) ゆかり和え バナナ	ぶたにく ヨーグルト みそ	こめ ごま油 かたくりこ ごま	にんにく たまねぎ にんじん なら だいこん わかめ キャベツ きゅうり バナナ	ヨーグルト ぎんびす ビスケット	423	16.3	13.9	1.0	わかめ おにぎり
25 /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 みそ	うどん	ごぼう にんじん だいこん ねぎ バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	296	12.3	12.5	1.2	ココナッツ サブレ
27 /月	ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) オニオンロケット キャベツサラダ ひじき煮 バナナ	ぶたにく たまご だいず缶 さつま揚げ ぎゅうにゅう みそ	こめ いたふ パン粉 こむぎこ しらたき	にんじん こまつな たまねぎ キャベツ きゅうり ひじき いんげん グレープフルーツ バナナ	牛乳 バナナ	322	13.2	10.9	0.7	バナナ
28 /火	ご飯 味噌汁(かぶ・しめじ) 豆腐小判焼き ホウレン草の胡麻和え 鶏レバー生姜煮 バナナ	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 ちゅうかめん	かぶ にんじん しめじ 乾しいたけ たまねぎ もやし ほうれんそう しょうが バナナ	牛乳 みそらーめん	444	21.2	14.5	2.2	味しらべ
29 /水	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 バナナ	とうふ たまご なつとう ぎゅうにゅう みそ	こめ	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 バナナ	牛乳 まがりせんべい	351	14.6	11.0	1.1	まがり せんべい
30 /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 バナナ	あぶらあげ こうやとうふ ハム ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ はるさめ じゃがいも	切干大根 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 バナナ あおのり	牛乳 あおのりぼと	335	13.3	11.8	0.9	バナナ
31 /金	ご飯 味噌汁(板麩・小松菜) さばのカレームニエル 牛乳おから おからあえ(オクラ・もやし) バナナ	さば かつお おから あぶらあげ ぎゅうにゅう ゼラチン みそ	こめ いたふ こむぎこ	こまつな ねぎ オクラ もやし ひじき にんじん バナナ ぶどうジュース	グレープゼリー 味しらべ	331	13.3	9.7	1.1	ゆかりお にぎり

※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。

5月の離乳食予定表

令和6年度



大新保育園

月	火	水	木	金	土
		1 こいのぼり会	2	3	4
		かゆ・汁 ツナじゃが 煮野菜	かゆ・汁 鶏あん 煮野菜	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> 憲法 記念日 </div>	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> みどりの 日 </div>
		ヨーグルト	ぱんがゆ		
6	7	8	9	10	11
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> 振替 休日 </div>	かゆ・汁 湯豆腐 煮野菜	かゆ・汁 豚くず煮 野菜あん	かゆ・汁 みそチキン ゆでじゃが	かゆ・汁 ツナとろみ煮 煮野菜	煮込みうどん バナナ
	白せんべい	ぱんがゆ	にんじんがゆ	そうめん	ヨーグルト
13	14	15 誕生会	16	17	18
かゆ・汁 炒り豆腐 きゃべつ煮 ゆでじゃが	かゆ・汁 湯豆腐 煮野菜	かゆ・汁 鶏だんご風 かぼちゃ煮	かゆ・汁 煮魚(たら) 煮野菜	かゆ・汁 豆腐あん 煮野菜	野菜うどん バナナ
	白せんべい	ヨーグルト	青のりがゆ	ぱんがゆ	ヨーグルト
20	21	22	23	24	25
かゆ・汁 鶏だんご風 煮野菜	かゆ・汁 煮魚(さけ) くたくた野菜和え	かゆ・汁 豆腐あん きざみ昆布煮	煮込みうどん <div style="border: 2px solid orange; padding: 2px; font-size: small;"> 年長児 クッキング 4歳以下 お弁当の日 </div>	かゆ・汁 鶏そぼろ きゃべつ和え	野菜うどん バナナ
そうめん	にんじんがゆ	白せんべい	昆布がゆ	ヨーグルト	ヨーグルト
27	28	29	30	31	
かゆ・汁 豚くず煮 煮野菜	かゆ・汁 豆腐焼き レバーペースト	かゆ・汁 豆腐あん 煮野菜	かゆ・汁 高野とろみ煮 煮野菜	かゆ・汁 煮魚(たら) とろみおから	
バナナ	そうめん	白せんべい	ゆでじゃが	ヨーグルト	

清々しい季節です

入園して1か月が経ちました。新緑のなかで元気に遊び、みんなと一緒に給食を味わい、少しずつ新しい環境に慣れてきた子どもたち。疲れがでてくる時季でもあるので、ゆったり食事を楽しめるようにしたいです。

口腔機能の発達を促しましょう

離乳食の後期、完了期は、手づかみ食べやかじりとりの経験を増やし、手と口の協調運動を習得する時期です。はじめは手と口の距離感がわからず、手全体を口の中に入れて食べますが、スプーンやフォーク(食具)を使う食事へとつながります。この時期にしっかりとかじりとりを覚え、一口量を学ぶことが誤嚥の防止にもつながります。

