



今月の平均カロリーー357kcal
たんぱく質15.2g 脂質15.7g 食塩相当量1.6g
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和7年度
5月号
すぎのこ保育園

★新メニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1 木	焼魚(ほっけ) 大根のそぼろあんかけ せんべい汁 キウイフルーツ	ごはん	ほっけ煮付け 大根やわらか煮	前牛乳 後牛乳 ウインナーロール	
2 金	ポークカレー 福神漬 トマトサラダ きのこスープ パナナ	カレーライス	豚しょうゆ煮 肉じゃが風煮	前ヤクルト 後ジョア たい焼き	
3 土	憲法記念日				
5 月	こどもの日				
6 火	振替休日				
7 水	ナポリタン コールスローサラダ 野菜スープ オレンジ	コーンパン	くたくたパスタ 野菜スープ煮	前牛乳 後りんごゼリー	
8 木	白身魚の香り揚げ 人参しりしり ほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	ごはん	ホキ煮付け 人参甘煮	前牛乳 後牛乳 サーターアンダギー	
9 金	チーズカレー 福神漬 海藻サラダ 春雨スープ パナナ	カレーライス	マッシュポテト 玉ねぎ甘煮	前ヤクルト 後フルーツヨーグルト	
10 土	餃子 おひたし タンメン キウイフルーツ	タンメン	ほうれん草だし煮 キャベツの味噌煮	前牛乳 後麦茶 おかし	
12 月	ポークチャップ もやしのナムル 大根の味噌汁 グレープフルーツ	ごはん	豚洋風煮 根菜煮込み	前牛乳 後牛乳 クレープ	
13 火	さんまの蒲焼き れんこんのきんぴら キャベツの味噌汁 ムース	ごはん	鮭のしょうゆ煮 みそ豆腐	前のみヨーグルト 後麦茶 せんべい	未満児(さんま→鮭)
14 水	カルボナーラ 野菜サラダ レタスとベーコンのスープ パイナップル	黒糖パン	鶏やわらか煮 マッシュポテト	前牛乳 後麦茶 チーズ	
15 木	サバごまフライ すき昆布煮 豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	ごはん	たら煮付け 人参白和え	前牛乳 後プリン	未満児(さば→たら)
16 金	ホタテカレー 福神漬 ピクルス ワンタンスープ パナナ	カレーライス	ポテトツナ和え 玉ねぎだし煮	前牛乳 後麦茶 ビザートスト	
17 土	春巻 きゅうり中華漬け けんちんうどん キウイフルーツ	けんちんうどん	くたくたうどん 人参みそ煮	前牛乳 後リンゴジュース おかし	以上児運動会
19 月	親子煮 ほうれん草きのこ和え 麻婆春雨 わかめの味噌汁 オレンジ	ごはん	鶏やわらか煮 ほうれん草だし煮	前牛乳 後フルーチェ	
20 火	鮭の南蛮漬け 冷奴 豚汁 パナナ	ごはん	鮭のみそ煮 キャベツの甘煮	前のみヨーグルト 後牛乳 野菜マフィン	
21 水	タンドリーチキン ポテトサラダ マカロニスープ オレンジ	スティックパン	とろとろレタス くたくたパスタ	前牛乳 後麦茶 チーズスティック	サンドイッチ作り 完全給食
22 木	春の遠足				
23 金	トマトカレー 福神漬 春雨ピーナッツ和え モロヘイヤスープ パナナ	カレーライス	洋風肉じゃが 鶏やわらか煮	前ヤクルト 後キラキラゼリー	
24 土	シュウマイ 白菜ゆかり和え 味噌コーンラーメン キウイフルーツ	味噌ラーメン	白菜だし煮 そぼろみそあんかけ	前牛乳 後チーズ おかし	
26 月	豚肉チャプチェ 大根の酢の物 わかめと油揚げ汁 グレープフルーツ	ごはん	豚しょうゆ煮 大根やわらか煮	前牛乳 後麦茶 パナナ春巻き	
27 火	はんぺんフライ 切干サラダ トマト なめこ汁 オレンジ	ごはん	赤魚煮付け 人参甘煮	前のみヨーグルト 後牛乳 お好み焼き	ちゅうりつぷ参観日
28 水	たらこスパゲッティ グリーンサラダ 具沢山セロリスープ キウイフルーツ	ロールパン	玉ねぎだし煮 キャベツのみそ煮	前牛乳 後ソファール	
29 木	鶏塩唐揚げ ミートマカロニ ポテトフライ スティック野菜 スンドゥブ ゼリー	コーンピラフ	鶏やわらか煮 マッシュポテト	前牛乳 後麦茶 シューアイス	誕生会 完全給食
30 金	ハヤシライス 福神漬 三色サラダ ビーンズスープ パナナ	ハヤシライス	肉じゃが風煮 野菜スープ煮	前ヤクルト 後牛乳 ブルーベリーハンケーキ	
31 土	お弁当交流デー		前牛乳 後麦茶 おかし		