

2025年 5月



献立表



幼保連携型認定こども園

大関保育園

日付	曜日	献立	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 0 は未満値	材料名 (◎は10時のおやつ ○は午後のおやつ)			10時のおやつ	3時のおやつ	お知らせ
				熱と力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える			
1	木	野菜スープ アンサンブルエッグ ほうれん草ともやしのナムル	296.3(368.2) 13.6(13.5) 15.9(14.7) 29.7(49.2) 1.5(1.3)	米、ごま油、白ごま、じゃがいも ○プチたいやき	鶏肉、アンサンブルエッグ ◎ハイ！チーズG	玉ねぎ、にんじん、キャベツ しめじ、ほうれん草、もやし	お茶 チーズ	お茶 ミニたいやき	
2	金	具だくさん味噌汁 いわしゆずすだちおろし煮 スパゲティーミートソース	299.2(346.4) 18.7(14.3) 9.4(6.5) 37.5(59.9) 2.1(1.5)	米、スパゲティー ○ハッピーターン、三温糖 ◎マンナウェフェー	絹豆腐、うす揚げ、牛肉、豚肉 いわしゆずすだちおろし煮 味噌、○牛乳 かつお節（だし用）	大根、玉ねぎ、人参、白ねぎ、 マッシュルーム、トマトピューレ	お茶 ウエハース	牛乳 せんべい	
7	水	なめこの味噌汁 カラスガレイの照り焼き 春雨の炒め物	368.4(374.9) 13.9(11.0) 21.0(13.6) 36.5(56.1) 2.9(1.9)	米、三温糖、はるさめ、ごま油 ◎アンパンマン幼児用ビスケット ○カルシウムせんべいソフト 白ごま	絹豆腐、牛肉、煮干し（だし用） わかめ、味噌 カラスガレイの照り焼き	なめこ、白ねぎ、玉ねぎ、人参 ピーマン、○ジャム ◎バナナ	お茶 ビスケット	お茶 あまからせんべい	
8	木	うどん汁 鶏肉のからあげ 枝豆のサラダ	375.3(443.9) 18.0(15.9) 22.4(17.7) 26.5(57.4) 1.5(1.1)	米、ゆでうどん、片栗粉、油 ノンエッグマヨネーズ	鶏肉、昆布（だし用）、うす揚げ 赤かまぼこ、ひじき、○脱脂粉乳 かつお節（だし用）	人参、玉ねぎ、白ねぎ、キャベツ むき枝豆、とうもろこし ○ジャム	お茶 くだもの	お茶 ♥ヨーグルト	
9	金	ポークカレー ポイルウインナー 甘酢キャベツ	368.4(374.9) 13.9(11.0) 21.0(13.6) 36.5(56.1) 2.9(1.9)	米、じゃがいも、油、三温糖 白ごま、○ごま油 ◎カルシウム塩せんべい	豚肉、シャウエッセン、○豚ひき肉	玉ねぎ、人参、トマトピューレ キャベツ、きゅうり、にんにく グリーンピース、とうもろこし、生姜 ○小松菜、○人参、福神漬	お茶 せんべい	お茶 ♥ビビンバ風 おにぎり	
12	月	麻婆豆腐 おさかなナゲット 水菜のサラダ	282.0(359.7) 16.7(15.1) 11.8(8.1) 31(59.5) 1.6(1.3)	米、ごま油、三温糖、片栗粉、油 ○元氣 あまからせんべい	豚肉、絹豆腐、豚ひき肉 おさかなナゲット ○飲むヨーグルト、ツナ、味噌	玉ねぎ、人参、干し椎茸、白ねぎ 水菜、だいこん ◎バナナ	お茶 くだもの	飲むヨーグルト せんべい	
13	火	かき玉汁 肉団子の甘酢あん ほうれん草と人参の胡麻あえ	338.3(455.4) 18.4(17.2) 13.6(12.1) 35.2(71.8) 2.0(1.6)	米、片栗粉、三温糖、白ごま ○ホットケーキ粉 ○ノンエッグマヨネーズ	◎プリン、液卵、絹豆腐 昆布（だし用）、○牛乳 かつお節（だし用）、○豆乳 ポーク&チキンミートボール ○ツナ	えのき、玉ねぎ、白ねぎ、もやし 人参、ほうれん草、○パセリ粉	プリン	牛乳 ♥ツナマヨ 蒸しパン	
14	水	すき焼き風煮物 シュウマイ キャベツとパインのサラダ	288.0(305.4) 11.9(9.6) 12.8(8.6) 34.5(49.8) 1.4(0.9)	米、じゃがいも、油、三温糖 ◎がんばれ！野菜家族 ○ビスコ	国産ポークしゅうまい、焼き豆腐 牛肉	しらたき、玉ねぎ、人参、白ねぎ キャベツ、パイン缶、きゅうり	お茶 せんべい	お茶 ビスケット	
15	木	打ち豆入り米粉チャウダー 照り焼きチキン 野菜ソテー	264.4(339.3) 11.0(9.4) 14.3(11.4) 26.4(52.3) 1.5(1.1)	米、じゃがいも、油、上新粉 オリーブ油、◎白い風船 ○ホットケーキ粉、○三温糖	打ち豆、牛乳、粉チーズ 照り焼きチキン、ベーコン 生クリーム、○無調整豆乳	玉ねぎ、人参、とうもろこし キャベツ、グリーンアスパラガス パセリ粉、○かぼちゃ	お茶 くだもの	お茶 ♥かぼちゃの 蒸しケーキ	
16	金	炊き合わせ ポテトサラダ ふりかけ昆布 バナナ	309.8(309.8) 12.7(3.9) 16.3(5.6) 1.2(0.9) 2.2(1.5)	米、三温糖、マカロニ、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ○お米deいちごのスティックケーキ	ふりかけ昆布、厚揚げ、昆布	大根、人参、バナナ、きゅうり 椎茸、いんげん ◎幼児ぶどう	ぶどうジュース	お茶 いちごの スティックケーキ	本堂参拝
19	月	ポークピーンズ 星のオムレツ 小松菜のごまあえ	341.4(364.4) 17.9(14.1) 15.1(10.9) 38.4(56.2) 1.6(1.1)	米、油、じゃがいも、三温糖 ◎Ca&Fe入りおこめリング ○ミニアスパラガスビスケット 白ごま、○ごま油	ゆで大豆、豚肉、○牛乳 プレーンオムレツ星型	玉ねぎ、人参、パセリ粉、小松菜 とうもろこし、トマトピューレ	お茶 あられ	牛乳 ビスケット	
20	火	手作り弁当	23.4(43.7) 0.0(0.3) 0.0(0.1) 5.8(10.5) 0.1(0.2)	◎ソフトな塩せん ○ホットケーキ粉、○粉糖	○卵、○牛乳	○レモン	お茶 せんべい	お茶 ♥レモンドーナツ	世界の味の日
21	水	かぶのみそ汁 ササミフライ マカロニサラダ（アスパラ） さくらんぼゼリー	240.6(315.1) 12.1(10.0) 11.1(9.4) 20.6(46.3) 1.7(1.2)	米、油、マカロニ ノンエッグマヨネーズ ○ルヴァンクラッカー ◎アンパンマンのお野菜せんべい	うすあげ、干しわかめ、ロースハム ○おしゃぶり昆布、みそ 煮干し（だし用） ささみフライ	かぶ、えのき、白ねぎ グリーンアスパガス、とうもろこし さくらんぼゼリー	お茶 せんべい	お茶 昆布 クラッカー	
22	木	肉じゃが キャベツ入り平つくね 切り干し大根のナムル	294.8(383.9) 11.7(10.8) 10.5(8.4) 44.1(70.2) 1.5(1.1)	米、油、三温糖、○ばりんこ じゃがいも、白ごま ごま油	牛肉、○まめびよ（ココア） キャベツ入り平つくね	人参、玉ねぎ、いんげん、しらたき 切り干し大根、もやし、きゅうり ◎バナナ	お茶 くだもの	豆乳（ココア） せんべい	
23	金	親子遠足							
26	月	中華風スープ かつおフライ ホイコーロー風炒め物	275.7(322.9) 15.2(11.8) 11.7(8.6) 29(50.9) 1.5(1.1)	米、油、三温糖 ◎アンパンマンのソフトせんべい ○うぐいすパン	ベーコン、液卵、かつおフライ 豚肉、みそ	もやし、生しいたけ、玉ねぎ、人参 にら、キャベツ、ピーマン	お茶 せんべい	お茶 ★うぐいすパン	
27	火	大豆の磯煮 厚焼たまご 糸こんにゃくの酢の物	316.9(406.3) 15.6(13.4) 13.4(12.5) 36.6(62.4) 1.9(1.3)	米、じゃがいも、油、三温糖 ごま油 ◎メープルビスケット ○コンフレーク	ゆで大豆、牛肉、さつま揚げ ごま油 ◎ロールビスケット ○脱脂粉乳、ひじき	玉ねぎ、人参、グリーンピース 糸こんにゃく、きゅうり、もやし ○ジャム	お茶 ビスケット	お茶 ♥ヨーグルト フレークかけ	
28	水	呉汁 豆乳タンドリーチキン ジャーマンポテト	269.5(321.5) 17.0(14.3) 12.0(8.8) 29.4(50.7) 1.8(1.4)	米、じゃがいも、オリーブ油 ◎ソフトな小魚せん、○三温糖	うすあげ、打ち豆、無調整豆乳 かつお節（だし用）、鶏肉 みそ、ベーコン、○クリームチーズ ○生クリーム	大根、人参、白ねぎ、玉ねぎ パセリ粉 ○みかん缶、○バナナ、○パイン缶 ○黄桃、	お茶 せんべい	♥フルーツの クリームチーズ 和え	おばあちゃん味の日
29	木	野菜のトマト煮 菜の花コロッケ きゅうりとツナの酢の物	293.4(377.4) 13.9(12.2) 12.7(10.5) 35.1(61.9) 1.7(1.2)	米、じゃがいも、油、三温糖 ◎前田のクラッカー ○ムーンライト	鶏肉、ツナ、干しわかめ 菜の花コロッケ	玉ねぎ、人参、トマトピューレ きゅうり、とうもろこし	お茶 クラッカー	お茶 クッキー	
30	金	五目寿司 鶏の唐揚げ 味噌汁 きゅうりスティック くだもの	597.2(482.8) 18.7(13.11) 21.6(14.73) 81.9(73.7)	米、三温糖、唐揚げ粉、油 ○ロールケーキ	凍り豆腐、うすあげ、ひじき 絹豆腐、わかめ 鶏肉、味噌 かつお節（だし用）	干し椎茸、えのきだけ きゅうり、人参、かんぴょう ◎飲む野菜と果実（デザートに） いちご、オレンジ	野菜ジュース	★ロールケーキ	誕生会

ごはんのいらない日・・・30日（金）

物資の都合により、献立の一部を変更することがありますので、ご了承ください。
♡は手作りおやつです。 ★は坂井市のケーキ屋、パン屋で作られたものです。