



神田川ほとりに花咲く保育園
令和7年度5月(皐月)



5月の目標：仲良く食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分です。
乳児は8割で計算しています。これは目安であり、個々の喫食量に応じて変動します。
※乳児は栄養補完として、午前おやつに牛乳の提供をします。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：548kcal

	月	火	水	木 1	金 2 端午の節句献立	土 3	
風食				ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き たけのこの金平 けんちん汁 ヨーグルト	こいのぼりご飯 鱸の竜田揚げ 蓮根の甘酢漬 三つ葉と手毬麩のすまし汁 オレンジ		
3時補食				南瓜の米粉蒸しパン ヨーグルトドリンク ・青のりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 25 g 脂質 11 g 炭水化物 90 g	ちまき 小魚 麦茶 ・菜飯おにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 21 g 脂質 12 g 炭水化物 82 g		
	5	6	7	8	9	10	
風食			納豆卵とじ丼 南瓜の甘煮 大根の浅漬 小町麩と若布の味噌汁 フルーツゼリー きな粉揚げパン 牛乳	ホークカレー みかん入りフレンチサラダ 野菜と豆のコンソメスープ グレープフルーツ	ご飯 鱈フライ 千切り野菜～胡麻ドレッシング～ スナッフエンドウと人参の味噌汁 オレンジ	ご飯 豚肉の生姜炒め じゃが芋と人参の含め煮 きのこの味噌汁 ヨーグルト	
3時補食				レモンケーキ 牛乳 ・おほかおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 24 g 脂質 15 g 炭水化物 # g	レモンケーキ 牛乳 ・青のりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 19 g 脂質 24 g 炭水化物 86 g	こぎつねご飯 そら豆 麦茶 ・菜飯おにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 19 g 脂質 10 g 炭水化物 86 g	チーズおほかおにぎり 牛乳 I補給 - # kca 蛋白質 23 g 脂質 15 g 炭水化物 87 g
	12	13		15	16	17	
風食	ご飯 ひじきのつくね焼き 胡瓜と若布の酢の物 じゃが芋と小松菜の味噌汁 オレンジ	胚芽ご飯 カレイの煮つけ フロッコリーのおほかお和え 新ごぼうとしめじの味噌汁 ヨーグルト	春色おにぎり 鶏のから揚げ カラフルピクルス 野菜ジュース バナナ	ご飯 牛肉とアスパラの甘辛炒め キャベツの海苔和え 茄子と絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し 舞茸と大根の味噌汁 バナナ	ご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め 胡瓜のゆかり和え 大根と長葱のすまし汁 ヨーグルト	
3時補食	焼き鯖のお茶漬 麦茶 ・ゆかりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 14 g 脂質 7 g 炭水化物 77 g	あんこバナナパイ 牛乳 ・コーンおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 23 g 脂質 12 g 炭水化物 71 g	五目チャーハン 麦茶 ・おほかおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 18 g 脂質 14 g 炭水化物 # g	じゃが芋餅 牛乳 ・青のりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 17 g 脂質 20 g 炭水化物 81 g	キャロットロール ヨーグルトドリンク ・菜飯おにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 22 g 脂質 11 g 炭水化物 83 g	塩昆布おにぎり 牛乳 I補給 - # kca 蛋白質 20 g 脂質 13 g 炭水化物 80 g	
	19	20	21	22	23 お楽しみ献立	24	
風食	ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き たけのこの金平 けんちん汁 ヨーグルト	麦ご飯 たっぷり野菜の八宝菜 胡瓜ともやし中華和え 中華風コンソメスープ オレンジ	納豆卵とじ丼 南瓜の甘煮 大根の浅漬 切干大根と若布の味噌汁 フルーツゼリー きな粉揚げパン 牛乳	ホークカレー みかん入りフレンチサラダ 野菜と豆のコンソメスープ グレープフルーツ	彩りピラフ ハンバーグ 新じゃが芋とアスパラガスのサラダ 野菜たっぷりコンソメスープ カルピスゼリー	ご飯 豚肉の生姜炒め じゃが芋と人参の含め煮 きのこの味噌汁 ヨーグルト	
3時補食	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳 ・ゆかりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 23 g 脂質 16 g 炭水化物 78 g	天むす風おにぎり 小魚 麦茶 ・コーンおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 19 g 脂質 11 g 炭水化物 77 g	五目チャーハン 麦茶 ・おほかおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 24 g 脂質 15 g 炭水化物 # g	レモンケーキ 牛乳 ・青のりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 18 g 脂質 22 g 炭水化物 82 g	フルーツサンド ヨーグルトドリンク ・菜飯おにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 25 g 脂質 18 g 炭水化物 # g	チーズおほかおにぎり 牛乳 I補給 - # kca 蛋白質 23 g 脂質 15 g 炭水化物 87 g	
	26	27	28	29	30	31	
風食	ご飯 ひじきのつくね焼き 胡瓜と若布の酢の物 じゃが芋と小松菜の味噌汁 オレンジ	胚芽ご飯 カレイの煮つけ フロッコリーのおほかお和え 新ごぼうとしめじの味噌汁 ヨーグルト	きのこことベーコンのスパゲティ ポテトサラダ ほうれん草のミルクスープ りんご	ご飯 牛肉とアスパラの甘辛炒め キャベツの海苔和え 茄子と絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し 舞茸と大根の味噌汁 バナナ	ご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め 胡瓜のゆかり和え 大根と長葱のすまし汁 ヨーグルト	
3時補食	焼き鯖のお茶漬 麦茶 ・ゆかりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 14 g 脂質 7 g 炭水化物 77 g	あんこバナナパイ 牛乳 ・コーンおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 23 g 脂質 12 g 炭水化物 71 g	五目チャーハン 麦茶 ・おほかおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 18 g 脂質 22 g 炭水化物 87 g	じゃが芋餅 牛乳 ・青のりおにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 17 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g	キャロットロール ヨーグルトドリンク ・菜飯おにぎり ・麦茶 I補給 - # kca 蛋白質 22 g 脂質 12 g 炭水化物 83 g	塩昆布おにぎり 牛乳 I補給 - # kca 蛋白質 20 g 脂質 13 g 炭水化物 80 g	