



目黒三田保育園キミミライト 令和7年度5月(皐月)献立



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日の屋食とおやつ分のカロリーです。
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児屋食おやつ分のカロリー基準: 550kcal

	月	火	水	木 1	金 2 端午の節句	土 3
屋食				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 鰯の竜田揚げ 蓮根の甘酢漬け 三つ葉と手毬麩のすまし汁 いちご	
3時				南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	ちまき 小魚 麦茶	
				エネルギー 531 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 15.7 g 炭水化物 78.3 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 12.0 g 炭水化物 81.3 g	
	5	6	7	8	9	10
屋食			納豆卵とじ丼 南瓜の甘煮 大根の浅漬け 小町麩と若布の味噌汁 フルーツゼリー	ボークカレー 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 鰯フライ 千切り野菜～胡麻ドレッシング～ スナッPEndウと人参の味噌汁 いちご	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			きな粉揚げパン 牛乳	レモンケーキ 麦茶	こぎつねご飯 小魚 麦茶	チーズおにかおにぎり 牛乳
			エネルギー 721 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 18.2 g 炭水化物 20.7 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 14.5 g 脂質 19.3 g 炭水化物 80.7 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 10.0 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 15.2 g 炭水化物 87.2 g
	12	13	14	15 誕生会	16	17
屋食	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 カレーの煮つけ ブロッコリーのおかか和え 新ごぼうとしめじの味噌汁 ヨーグルト	きのこ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	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 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	焼き鯖のお茶漬け 麦茶	あんこバナナパイ 牛乳	五目チャーハン 麦茶	フルーツサンド 牛乳	ホテルメロンパン ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
	エネルギー 415 kcal 蛋白質 13.6 g 脂質 6.5 g 炭水化物 76.8 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 11.7 g 炭水化物 70.7 g	エネルギー 631 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 25.6 g 炭水化物 88.0 g	エネルギー 549 kcal 蛋白質 22.3 g 脂質 18.4 g 炭水化物 79.0 g	エネルギー 601 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 13.4 g 炭水化物 99.5 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 13.2 g 炭水化物 80.4 g
	19	20	21 春風ランチ	22	23	24
屋食	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	たっぷり野菜の八宝菜丼 胡瓜ともやしの中華和え 中華風コンソメスープ オレンジ	春色おにぎり 鶏のから揚げ カラフルビクルス 野菜ジュース バナナ	ボークカレー 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 肉じゃが 千切り野菜～胡麻ドレッシング～ スナッPEndウと人参の味噌汁 いちご	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	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	天むす風おにぎり 小魚 麦茶	きな粉揚げパン 牛乳	レモンケーキ 麦茶	こぎつねご飯 小魚 麦茶	チーズおにかおにぎり 牛乳
	エネルギー 531 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 15.7 g 炭水化物 78.3 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 11.3 g 炭水化物 84.4 g	エネルギー 746 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 23.4 g 炭水化物 05.7 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 17.3 g 炭水化物 76.2 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 12.0 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 838 kcal 蛋白質 33.9 g 脂質 22.8 g 炭水化物 30.7 g
	26	27	28	29	30	31
屋食	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 カレーの煮つけ ブロッコリーのおかか和え 新ごぼうとしめじの味噌汁 ヨーグルト	きのこ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	焼き鯖のお茶漬け 麦茶	あんこバナナパイ 牛乳	五目チャーハン 麦茶	お麩ラスク 牛乳	ホテルメロンパン ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
	エネルギー 415 kcal 蛋白質 13.6 g 脂質 6.5 g 炭水化物 76.8 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 11.7 g 炭水化物 70.7 g	エネルギー 631 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 25.6 g 炭水化物 88.0 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 20.0 g 炭水化物 80.9 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 14.7 g 炭水化物 99.5 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 13.2 g 炭水化物 80.4 g