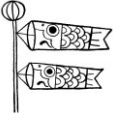


献立表

2025年05月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01 木	御飯,ポークカレー,ごぼうとコーンのサラダ,バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、／豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳、／ごぼう、にんじん、水、ほんだし、しょうゆ、みりん、ハム、コーン缶、マヨネーズ、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,せんべい	597(525) 18.6(16.6) 22.9(19.4) 6.5(5.0)
02 金	スパゲティ+ポリタン,三色サラダ,野菜スープ,オレンジ	牛乳、／ビスケット、／ウインナー、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、スパゲティ、／ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩、／オレンジ、／牛乳、／クッキー、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,クッキー	628(588) 19.4(17.9) 27.2(24.8) 8.7(7.2)
03 土	憲法記念日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
05 月	こどもの日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
06 火	振替休日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
07 水	中華おこわ(焼き豚),春雨の酢の物,ワンタンスープ,バナナ	牛乳、／ビスケット、／米、もち米、焼き豚、たけのこ(ゆで)、にんじん、干ししいたけ、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、砂糖、食塩、水、／はるさめ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、酢、砂糖、／ワンタンの皮、豚ひき肉、にんじん、もやし、にら、油、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩、／バナナ、／牛乳、／ホットケーキミックス、牛乳、黒砂糖、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,黒糖蒸しパン	552(516) 17.0(15.7) 12.5(12.9) 2.3(2.1)
08 木	御飯,白身魚のフライ,切干大根の旨煮,みそ汁(チンゲン菜),オレンジ	牛乳、／塩せんべい、／米、／たら、食塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、中濃ソース、／切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、／チンゲンサイ、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／マカロニ、水、砂糖、しょうゆ、片栗粉、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,みたらしまカロニ	494(452) 22.5(19.9) 12.6(11.5) 3.1(2.5)
09 金	わかめ御飯,コロッケ,大根サラダ,コンソメスープ,バナナ	牛乳、／ビスケット、／米、炊き込みわかめ、／ミートコロッケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖、／キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、／バナナ、／牛乳、／クリームパン、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,クリームパン	596(518) 17.6(15.3) 16.9(15.4) 2.5(2.1)
10 土	おにぎり,コロッケ,バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／ミートコロッケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
12 月	御飯,鶏肉のケチャップ煮,茹で野菜サラダ,みそ汁(ごまつな・たまねぎ),オレンジ	牛乳、／サブレ、／米、／鶏もも肉、食塩、こしょう、小麦粉、油、ピーマン、しいたけ、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖、／キャベツ、コーン缶、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖、／ごまつな、たまねぎ、水、淡色みそ、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖、	◎牛乳,◎サブレ,牛乳,ラスク	569(542) 22.9(19.7) 19.2(19.1) 4.0(3.3)
13 火	味噌ラーメン,キャベツのツナマヨあえ,バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／生中華めん、コーン缶、もやし、カットわかめ、ほうれんそう、にんじん、なると、ねぎ、赤みそ、本みりん、中華あじ、水、／キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、マヨネーズ、しょうゆ、／バナナ、／牛乳、／米、炊き込みわかめ、	◎ヨーグルト,◎せんべい,牛乳,わかめおにぎり	506(435) 19.1(15.6) 14.3(9.6) 6.2(4.9)
14 水	御飯,マーボー豆腐,バンサンスー,わかめスープ,オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉、／はるさめ、トマト、きゅうり、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま、ごま油、／ねぎ、カットわかめ、にんじん、水、中華だしの素、食塩、／オレンジ、／牛乳、／フレンチフライポテト(冷凍)、油、食塩、ケチャップ、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,フライドポテト	559(533) 19.4(17.9) 19.9(18.9) 2.5(2.3)
15 木	御飯,かじきのカレー風味炒め,キャベツの磯和え,豆腐みそ汁(なめこ),キウイフルーツゴールド	牛乳、／塩せんべい、／米、／かじき、食塩、酒、小麦粉、カレー粉、油、たまねぎ、ピーマン、油、水、コンソメ、カレー粉、／キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、焼きのり、／木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／キウイフルーツ、／牛乳、／油、ホットケーキ粉、牛乳、メープルシロップ、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,ホットケーキ	553(476) 23.5(19.6) 17.9(15.4) 4.1(3.1)
16 金	ジャンバラヤ,コールスローサラダ,にら卵スープ,オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう、／キャベツ、にんじん、酢、油、食塩、／にら、にんじん、水、中華だしの素、食塩、こしょう、卵、／オレンジ、／牛乳、／バナナ、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,まるごとバナナ	474(463) 14.9(14.3) 16.4(16.1) 2.6(2.3)

献立表

2025年05月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 土	おにぎり、メンチカツ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／メンチカツ(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)
19 月	御飯、なすと豚肉のみそ炒め、小松菜のナムル、豆腐スー(わかめ)、オレンジ	牛乳、／サブレ、／米、／油、なす、油、豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ、片栗粉、淡色みそ、砂糖、しょうゆ、／こまつな、キャベツ、しょうゆ、ごま油、ごま、／木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩、／オレンジ、／牛乳、／ポップコーン、	◎牛乳,◎サブレ,牛乳,ポップコーン	548(531) 20.6(18.5) 20.2(20.2) 5.0(4.1)
20 火	肉うどん、小松菜とささみのごまあえ、バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／ゆでうどん、豚肉(もも)、ほうれんそう、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、しょうゆ、本みりん、食塩、ほんだし、／鶏ささ身、酒、こまつな、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、ごま、／バナナ、／牛乳、／コッペパン、	◎ヨーグルト,◎せんべい,牛乳,コッペパン(ブルーベリー)	392(341) 19.0(15.2) 11.8(7.4) 4.0(3.2)
21 水	御飯、さけの塩焼き、きんぴらごぼう、みそ汁(かぶ)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／さけ、食塩、／ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、／かぶ、カットわかめ、水、淡色みそ、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／焼きそばめん、豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,焼きそば	482(464) 23.6(20.3) 13.3(13.4) 4.5(3.7)
22 木	タコライス、ほうれん草のソテー、ポテトスー、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、豚ひき肉、たまねぎ、油、カレー粉、ケチャップ、食塩、コンソメ、チーズ、キャベツ、トマト、／ほうれんそう、コーン缶、油、食塩、コンソメ、／じゃがいも、たまねぎ、えのきたけ、水、コンソメ、食塩、／バナナ、／牛乳、／じゃがいも、食塩、あおのり、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,ふかし芋じゃが	508(459) 19.4(17.3) 16.5(14.8) 10.4(7.6)
23 金	御飯、鶏の唐揚げ、もやしのナムル、すまし汁(しめじ、こまつな)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、／もやし、にんじん、コーン缶、カットわかめ、ごま油、しょうゆ、ごま、／こまつな、しめじ、水、しょうゆ、ほんだし、食塩、／オレンジ、／牛乳、／野菜かりんとう、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,野菜かりんとう	570(530) 25.7(21.4) 18.5(17.0) 2.5(2.3)
24 土	おにぎり、コロッケ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／ミートコロッケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
26 月	三色どんぶり、きゅうりの浅漬け、みそ汁(もやし・あげ)、キウイフルーツゴールド	牛乳、／サブレ、／米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、卵、砂糖、食塩、油、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり、でんぶ、／きゅうり、キャベツ、食塩、／もやし、油揚げ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／キウイフルーツ、／牛乳、／ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、油、	◎牛乳,◎サブレ,牛乳,ドーナツ	563(518) 23.3(20.2) 21.2(20.6) 3.5(2.9)
27 火	食パン(シュガーバター)、ツナとトマトのスパゲティ、肉団子、コーンスー(たまねぎ)、バナナ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／食パン、砂糖、マーガリン・ソフトタイプ、／スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油、ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩、パセリ粉、／肉団子(冷凍)、／クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、牛乳、コンソメ、食塩、／バナナ、／ジョア、／揚げせんべい、	◎ヨーグルト,◎せんべい,ジョア,あられせんべい	519(461) 18.1(16.4) 16.1(11.8) 5.4(4.2)
28 水	御飯、さばの竜田揚げ、ひじきとじゃが芋の炊き煮、みそ汁(キャベツ・たまねぎ)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、／ひじき、じゃがいも、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、さやえんどう、／キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／麦茶(浸出液)、／牛乳、砂糖、ゼラチン、水、いちご、砂糖、／塩せんべい、	◎牛乳,◎ビスケット,麦茶,牛乳ゼリー(いちごソース),せんべい	512(518) 19.4(18.9) 15.2(16.6) 4.4(3.6)
29 木	御飯、肉じゃが、ほうれん草のナムル、麩のすまし汁、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、／豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩、／ほうれんそう、もやし、ごま油、しょうゆ、ごま、／焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、食塩、／バナナ、／牛乳、／食パン、しらす干し、マヨネーズ、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,じゃこトースト	551(480) 21.0(17.8) 17.5(15.1) 8.6(6.2)
30 金	御飯、炒り豆腐(鶏肉・卵)、酢の物、みそ汁(だいこん・ごぼう)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／木綿豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵、いんげん、／カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ、／だいこん、にんじん、ごぼう、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／コーンフレーク、	◎牛乳,◎ビスケット,牛乳,コーンフレーク	528(489) 21.3(18.5) 15.6(14.8) 3.4(2.8)
31 土	おにぎり、メンチカツ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／メンチカツ(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい,牛乳,せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆

日差しがあたたかく過ごしやすい日が増えてきました。太陽の光を浴びた、お野菜がぐんぐん大きくなっています。みなさんも、おいしい給食を食べてすくすく成長しますように！
