

がつ よて い こん だて ひょう
5月予定献立表



かみかみメニューには◎印をつけてあります。

2025年5月

聖隷こども園ひかりの子

日 付	曜 日	ぎょうじ 行事	こんだて めい 献立名	おやつ		エネルギー kca	脂質 g	エネルギー kca	脂質 g
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	木		ツナの豆乳クリームパスタ トマト ヨーグルト りんご 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	528	15.9	441	12.2
				バナナ	メロンパン	21.6	1.4	17.7	1.0
2	金		ごはん 鶏肉のカレー焼き 新玉ねぎのサラダ すまし汁(えのき・わかめ) バイン缶 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	542	18.8	442	15.4
				せんべい	麺ラスク	23.3	1.5	18.7	1.3
3	土	けんぽうきねんび 憲法記念日				-	-	-	-
5	月	こどもの日				-	-	-	-
6	火	ふりかえきゅうじつ 振替休日				-	-	-	-
7	水		ごはん 鶏肉の照焼き きり干し大根の煮物 みそ汁(わかめ・人参) バイン缶 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	551	11.8	444	10.3
				ビスケット	こどもの日ゼリー	17.7	1.7	14.4	1.3
8	木		味噌ラーメン 大豆としらすの甘辛和え ブロッコリー バナナ 豆乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	701	22.7	597	20.7
				チーズ	ごまおはぎ	26.9	1.9	23.9	1.7
9	金		ごはん 煮魚 ◎根菜サラダ みそ汁(じゃが芋・油あげ) オレンジ 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	552	19.4	450	15.7
				せんべい	ワッフル	22.7	1.7	18.5	1.6
10	土		焼きそば 中華スープ フルーツ 豆乳	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	434	13.8	380	12.2
				お菓子	お菓子	16.0	1.7	13.6	1.4
12	月		ごはん 焼き魚 青梗菜の中華和え すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	526	17.1	438	15.2
				ビスケット	プリン	23.0	1.2	19.2	1.0
13	火		カレードック キャベツのバインサラダ トマト さつま芋のスープ キウイ 牛乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	616	18.9	498	17.7
				チーズ	にんじやおやき	21.5	1.8	18.4	1.6
14	水		ごはん 鶏肉のから揚げ アスパラのおかか和え みそ汁(鮎・しめじ) オレンジ 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	570	19.0	498	19.1
				クラッカー	ピザトースト	24.7	1.9	21.4	1.6
15	木	ないかけんしん 内科検診(0.1.4.5歳児)	スパゲティミートソース 大学南瓜 チーズ りんご 豆乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	688	28.2	592	24.8
				ヨーグルト	コーンフレーククッキー	26.3	1.4	23.0	1.1
16	金		ごはん つくねバーグ ほうれん草サラダ 納豆汁 バイン缶 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	558	14.6	464	12.1
				バナナ	マカロニきなこ	22.5	1.6	18.4	1.3
17	土		ツナサンド ポトフ フルーツ 豆乳	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	450	15.6	339	11.7
				お菓子	お菓子	18.3	1.7	13.4	1.1
19	月		ごはん 豚肉とキャベツの塩昆布炒め 梅納豆和え みそ汁(南瓜・えのき) バイン缶 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	549	15.4	447	13.4
				ビスケット	バナナ・◎小魚	23.4	1.9	19.3	1.5
20	火	ないかけんしん 内科検診(2.3歳児)	食パン 魚の若草焼き 春雨の中華サラダ じゃが芋のスープ バナナ 牛乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	596	21.2	498	19.9
				クラッカー	このや お好み焼き	26.1	1.4	20.6	1.3
21	水		ひじきごはん 肉じゃが トマト みそ汁(白菜・わかめ) オレンジ 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	552	15.3	490	15.4
				バナナ	◎梅ラスク	20.4	1.8	18.7	1.5
22	木		さの 佐野ラーメン にんじん 人参のツナ和え さつま芋の甘煮 メロン 牛乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	585	15.0	516	14.5
				ヨーグルト	かんぴょうおにぎり	21.8	2.0	20.4	1.7
23	金	おやこえんそく 親子遠足(3.4.5歳児)	ごはん 厚揚げのごまみそ焼き ◎きんぴらごぼう ソーキ汁 キウイ 麦茶	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	557	17.6	469	17.0
				チーズ	アイスクリーム・ウエハース	17.6	1.4	15.8	1.4
24	土		おにぎり 豚汁 フルーツ 豆乳	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	455	8.1	370	7.5
				お菓子	お菓子	14.3	1.4	11.9	1.2
26	月		ごはん ◎豚肉とごぼうのみそ炒め煮 胡瓜の即席漬け すまし汁(青菜・鮎) バナナ 麦茶	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	491	12.0	398	11.3
				チーズ	ヨーグルト・せんべい	17.5	1.6	15.9	1.5
27	火		食パン アスパラとしらすの卵焼き ポテトサラダ レタススープ りんご 牛乳	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	634	27.6	555	23.7
				ビスケット	ちんすこう	23.5	1.4	20.1	1.2
28	水		ごはん 鶏肉の治部煮 ブロッコリー トマト みそ汁(白菜・大根) オレンジ 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	530	5.7	386	4.9
				せんべい	ジャムサンド	25.1	1.3	18.6	1.2
29	木		けんちんうどん もやしのツナ酢和え 南瓜のグリル メロン 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	532	8.5	465	8.8
				ヨーグルト	ごへいもち 五平餅	20.5	1.8	19.0	1.5
30	金		こまつな 小松菜とじゃこの混ぜごはん 鶏肉生焼き 切干大根の煮物 みそ汁(鮎・人参) バイン缶 麦茶	むぎちや 麦茶	ぎゅうにゅう 牛乳	578	13.1	524	14.4
				バナナ	焼き芋	19.2	2.0	18.5	1.7
31	土		チャーハン 中華スープ フルーツ 豆乳	むぎちや 麦茶	むぎちや 麦茶	464	13.1	377	8.3
				お菓子	お菓子	14.1	1.3	11.8	1.0

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◇お料理で全国制覇◇

今月の栃木県は見ざる、言わざる、聞かざるの三猿でその名を知る方も多い世界遺産「日光東照宮」や、浜松ぎょうざのライバル!?手都宮餃子、日本一のいちごの生産地としても有名な
素敵なところ。佐野ラーメンは背竹で伸ばした麺としょうゆベースのあっさりとしたスープのラーメンです。(給食では背竹を使った麺が手に入らないので通常の麺を使用します。)
また、おやつでは生産量日本一のかんぴょうを使用したかんぴょうおにぎりを提供します!

♪ とちぎうまいものうた ♪ *大坂うまいもの歌の替え歌です*

とちぎには うまいもんが いっぱいあるんだべ さのらーめん かんぴょう

とちぎには すてきなところが いっぱいあるんだべ あしかがフラワーパーク にっこうとうしょうぐう

