

5月献立表

聖隷こども園めぐみ 2025年5月幼児食

◇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!?宇都宮餃子、日本一のいちごの
生産地としても有名な 素敵なおとこです。佐野ラーメ
ンは青竹で伸ばした麺と、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。（給食では青竹を使っ
た麺が手に入らないので通常の麺を使用します。）
また、おやつには栃木県が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！
♪とちぎうまいもののうた♪ ～大坂うまいものの歌の替え歌～
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



◎は、かみかみメニューです

	1	2	3
	木	金	土
昼食	ご飯 さばの塩焼き ◎根菜煮 みそ汁（小松菜・えのき） バナナ お茶	ご飯 鶏肉のカレー焼き 人参しりしり すまし汁（白菜・そうめん） りんご お茶	
おやつ	牛乳 ふかし芋	牛乳 ドーナツ	
エネルギー(kcal)			
蛋白質(g)			
脂質(g)			
食塩相当量(g)			

	5	6	7	8	9	10
	月	火	水	木	金	土
昼食			ロールパン 鮭のチーズパン粉焼き スパゲティサラダ オニオンスープ パン 牛乳	ご飯 厚揚げの肉みそ煮 もやしと胡瓜の胡麻和え すまし汁（玉葱・わかめ） もも缶 お茶	ご飯 鶏肉の山賊焼き 新玉葱とツナのオーロラ和え みそ汁（じゃが芋・油揚げ） オレンジ お茶	ご飯 鶏肉とじゃが芋のバター醤油炒め キャベツのおかか和え みそ汁（大根・えのき） バナナ お茶
おやつ			お茶 こいのぼりごはん	豆乳 ヨーグルト・のりせんべい	牛乳 メロンパン	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)			497	584	633	526
蛋白質(g)			22.4	24.9	25.0	17.9
脂質(g)			16.1	18.4	22.2	9.4
食塩相当量(g)			2.0	1.4	1.6	1.4

	12	13	14	15	16	17
	月	火	水	木	金	土
昼食	ご飯 鰯の梅味噌焼き 春雨サラダ かきたま汁（青菜） パン お茶	ご飯 つくねバーグ 白菜の昆布和え みそ汁（キャベツ・小松菜） オレンジ お茶	ご飯 白身魚の竜田揚げ 納豆和え みそ汁（わかめ・豆腐） キウイ お茶	カレードッグ キャベツのパン和え トマト やさいスープ バナナ 牛乳	和風スパゲティ かぼちゃのサラダ チーズ レタススープ りんご お茶	中華風混ぜご飯 小松菜のツナ和え 中華スープ オレンジ お茶
おやつ	牛乳 コーンフレーククッキー	牛乳 マカロニきな粉	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 にんじゃおにぎり	牛乳 黒ごまラスク	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	567	548	487	547	524	537
蛋白質(g)	21.6	26.4	22.6	19.3	21.3	18.2
脂質(g)	18.9	14.3	11.2	16.2	19.2	13.4
食塩相当量(g)	1.4	1.8	1.2	2.5	1.9	1.2

	19	20	21	22	23	24
	月	火	水	木	金	土
昼食	ご飯 ◎鶏肉とごぼうの味噌炒め ほうれん草のたくあん和え すまし汁（白菜・えのき） キウイ お茶	佐野ラーメン ひじきサラダ 大学芋 りんご お茶	レーズンパン アスパラとしらすの卵焼き ポテトサラダ 押し麦入りスープ もも缶 牛乳	ご飯 鶏肉の治部煮 春野菜のおかか和え みそ汁（大根・麴） パン お茶	ご飯 鮭フライ オーロラサラダ みそ汁（しめじ・キャベツ） バナナ お茶	スパゲティナポリタン ツナサラダ 白菜スープ りんご 牛乳
おやつ	牛乳 やさいゼリー・プチクッキー	お茶 かんぴょうおにぎり	お茶 カステラ	牛乳 ロールパイ	牛乳 クリームパン	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	454	500	481	550	591	403
蛋白質(g)	19.4	16.4	18.4	21.9	23.0	13.8
脂質(g)	8.2	11.7	16.3	18.7	16.3	15.1
食塩相当量(g)	1.5	1.6	1.7	2.2	1.2	1.6

	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	木	金	土
昼食	ご飯 鶏の唐揚げ（のり塩） マカロニサラダ すまし汁（玉葱・麴） オレンジ お茶	黒糖ロール 若草焼き 梅風味サラダ ミネストローネ もも缶 牛乳	ご飯 ぶりの照り焼き チャプチェ みそ汁（豆腐・青菜） バナナ お茶	肉うどん ◎れんこんサラダ 金時豆煮 もも缶 お茶	ハヤシライス ◎ごぼうサラダ チーズ パン お茶	マーボー丼 さつま芋のサラダ 春雨スープ バナナ お茶
おやつ	牛乳 ロールカステラ	お茶 お好み焼き	牛乳 チーズ蒸しパン	お茶 いなり寿司	豆乳 ヨーグルト・クッキー	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	589	494	653	481	655	573
蛋白質(g)	24.4	23.5	26.9	15.9	24.7	19.2
脂質(g)	18.5	18.7	19.9	12.2	24.9	15.1
食塩相当量(g)	1.0	2.6	1.7	1.7	1.5	1.2

5月献立表

ひばり保育園 2025年5月乳児食

◇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、浜松ぎょうぎのライバル!?宇都宮餃子、日本一のいちごの生産地としても有名な 素敵なところ です。佐野ラーメンは青竹で伸ばした麺と、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。（給食では青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、おやつには栃木県が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♪ ～大坂うまいものの歌の替え歌～
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 になっこうしょうぐう



☆印のついている献立について
とんぼ/以降の献立 …ほたる、めだか
成長に合わせて献立変更しています。
◎は、かみかみメニューです。



	5	6	7	8	9	10
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ			お茶 ビスケット	お茶 クッキー	お茶 塩せんべい	お茶 お菓子
昼食			ロールパン 鮭のチーズパン粉焼き スパゲティサラダ オニオンスープ パイ 牛乳 	ご飯 厚揚げの肉みそ煮 もやしと胡瓜の胡麻和え すまし汁(玉葱・わかめ) もも缶 お茶	ご飯 鶏肉の山賊焼き 新玉葱とツナのオーロラ和え みそ汁(じゃが芋・油揚げ) オレンジ お茶	ご飯 鶏肉とじゃが芋のバター醤油炒め キャベツのおかか和え みそ汁(大根・えのき) バナナ お茶
おやつ			お茶 こいのぼりごはん	豆乳 ヨーグルト・のりせんべい	牛乳 ☆メロンパン/きな粉パン	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)			428	485	519	437
蛋白質(g)			18.6	20.6	20.6	16.6
脂質(g)			13.6	16.5	19.3	10.5
食塩相当量(g)			1.6	1.2	1.4	1.5

	12	13	14	15	16	17
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 お菓子
昼食	ご飯 鰯の梅味噌焼き 春雨サラダ かきたま汁(青菜) パイ お茶	ご飯 つくねバーグ 白菜の昆布和え みそ汁(キャベツ・小松菜) オレンジ お茶	ご飯 白身魚の竜田揚げ 納豆和え みそ汁(わかめ・豆腐) キウイ お茶	ロールパン ドライカレー キャベツのパイ和え トマト やさいスープ バナナ 牛乳 	和風スパゲティ かぼちゃのサラダ チーズ レタススープ りんご お茶	中華風混ぜご飯 小松菜のツナ和え 中華スープ オレンジ お茶
おやつ	牛乳 コーンフレーククッキー	牛乳 マカロニきな粉	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 にんじゃおにぎり	牛乳 黒ごまラスク	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	458	439	399	463	478	422
蛋白質(g)	17.7	20.9	18.4	16.0	18.5	14.4
脂質(g)	16.0	13.2	10.2	13.7	18.3	11.2
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.1	2.0	1.7	1.0

	19	20	21	22	23	24
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 おこめせん	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 お菓子
昼食	ご飯 ◎鶏肉とごぼうの味噌炒め ほうれん草のたくあん和え すまし汁(白菜・えのき) キウイ お茶	佐野ラーメン ひじきサラダ 大学芋 りんご お茶 	レーズンパン アスパラとしらすの卵焼き ポテトサラダ 押し麦入りスープ もも缶 牛乳	ご飯 鶏肉の治部煮 春野菜のおかか和え みそ汁(大根・麩) パイ お茶	ご飯 鮭フライ オーロラサラダ みそ汁(しめじ・キャベツ) バナナ お茶	スパゲティナポリタン ツナサラダ 野菜スープ りんご 牛乳
おやつ	牛乳 やさいゼリー・プチクッキー	お茶 かんぴょうおにぎり	お茶 ☆カステラ/きな粉蒸しケーキ	牛乳 ロールパイ	牛乳 ☆クリームパン/ジャムサンド	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	353	461	463	466	487	365
蛋白質(g)	15.2	14.5	16.5	18.2	18.6	11.4
脂質(g)	6.7	11.6	14.5	17.4	14.5	13.9
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.4	1.9	1.0	1.3

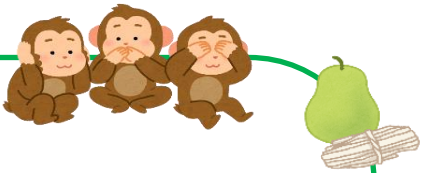
	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	お茶 塩せんべい	お茶 お菓子
昼食	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) マカロニサラダ すまし汁(玉葱・麩) オレンジ お茶	黒糖ロール 若草焼き 梅風味サラダ ミネストローネ もも缶 牛乳	ご飯 ぶりの照り焼き チャプチェ みそ汁(豆腐・青菜) バナナ お茶	肉うどん ◎れんこんサラダ 金時豆煮 もも缶 お茶	ハヤシライス ◎ごぼうサラダ チーズ パイ お茶	マーボー丼 さつま芋のサラダ 春雨スープ バナナ お茶
おやつ	牛乳 ☆ロールカステラ/きな粉パン	お茶 お好み焼き	牛乳 チーズ蒸しパン	お茶 いなり寿司	豆乳 ヨーグルト・クッキー	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	496	427	524	439	517	471
蛋白質(g)	20.0	19.5	21.4	13.9	20.4	15.7
脂質(g)	16.4	15.6	17.6	12.4	20.3	13.6
食塩相当量(g)	0.9	2.1	1.4	1.6	1.3	1.1

5月献立表

聖隷こども園めぐみ 2025年5月離乳食

◇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、浜松ぎょうのライバル!?宇都宮餃子、日本一のいちごの生産地としても有名な 素敵なお店です。佐野ラーメンは青竹で伸ばした麺と、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。（給食では青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、おやつには栃木県が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♪ ～大坂うまいものの歌の替え歌～
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



※中期食について
おやつは付きません
食パンの日は、お粥になります

	1 木	2 金	3 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	お粥 蒸しカレイ 根菜煮 みそ汁(小松菜・えのき) バナナ お茶	お粥 鶏肉だんご煮 人参しりしり(離乳) すまし汁(白菜・そうめん) りんご お茶	
おやつ	お茶 ふかし芋	お茶 ジャム蒸しパン	
エネルギー(kcal)	261	227	
蛋白質(g)	6.4	9.1	
脂質(g)	5.7	2.3	
食塩相当量(g)	0.9	0.7	

	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土
朝 おやつ			お茶 ビスケット	お茶 クッキー	お茶 塩せんべい	お茶 お菓子
昼食			食パン 鮭の洋風煮 スパゲティサラダ オニオンスープ バナナ お茶 	お粥 豆腐の肉みそ煮 キャベツと胡瓜煮 すまし汁(玉葱・わかめ) りんご お茶	お粥 鶏肉だんご煮 新玉葱とツナの煮物 みそ汁(じゃが芋・油揚げ) バナナ お茶	お粥 肉じゃが(離乳) キャベツのおかか煮 みそ汁(大根・えのき) バナナ お茶
おやつ			お茶 こいのぼり粥	お茶 ヨーグルト・人参チップ	お茶 きな粉パン	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)			217	238	281	226
蛋白質(g)			9.7	10.5	15.8	7.3
脂質(g)			3.6	6.7	6.4	3.4
食塩相当量(g)			0.9	1.1	1.4	0.9

	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	17 土
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 お菓子
昼食	お粥 カレイの甘味噌焼 じゃがいもと人参煮 かきたま汁(青菜) りんご お茶	お粥 豆腐入りつくね 白菜の煮浸し みそ汁(キャベツ・小松菜) りんご お茶	お粥 タラの煮付け 納豆和え みそ汁(わかめ・豆腐) バナナ お茶	食パン ケチャップ煮 キャベツの煮浸し トマト やさしいスープ バナナ お茶	スパゲティ野菜あんかけ マッシュ南瓜 レタススープ りんご お茶	中華風混ぜ粥 白菜と小松菜の煮浸し 中華スープ バナナ お茶
おやつ	お茶 プレーンクッキー風	お茶 マカロニきな粉	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 おかか粥	お茶 ジャムサンド	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	303	277	258	221	322	254
蛋白質(g)	8.9	12.5	13.5	9.6	12.7	8.5
脂質(g)	11.9	7.0	8.0	3.4	5.2	2.8
食塩相当量(g)	0.8	0.9	0.9	1.3	1.4	0.6

	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	24 土
朝 おやつ	お茶 おこめせん	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 お菓子
昼食	お粥 味噌鶏そぼろ煮 ほうれん草の煮浸し すまし汁(白菜・えのき) バナナ お茶	にゅうめん スティック胡瓜 さつま芋の甘煮 りんご お茶 	食パン 焼きつくね ポテトサラダ(離乳) 押し麦入りスープ りんご お茶	お粥 鶏肉だんご煮 春野菜のおかか煮 みそ汁(大根・麩) バナナ お茶	お粥 鮭の煮つけ 煮浸し みそ汁(しめじ・キャベツ) バナナ お茶	スパゲティマトソース ツナサラダ(離乳) 野菜スープ りんご お茶
おやつ	お茶 ゼリー・クッキー	お茶 磯粥	お茶 きな粉蒸しケーキ	お茶 たまごボーロ	お茶 ジャムサンド	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	265	232	256	253	233	253
蛋白質(g)	10.1	7.0	10.9	8.4	9.1	10.3
脂質(g)	4.6	1.9	4.2	4.2	3.6	5.1
食塩相当量(g)	0.6	0.5	1.2	0.9	1.2	1.1

	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	31 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	お茶 塩せんべい	お茶 お菓子
昼食	お粥 鶏肉の塩煮 マカロニ野菜煮 すまし汁(玉葱・麩) りんご お茶	食パン 蒸しカレイ おかか煮 ミネストローネ バナナ お茶	お粥 カレイの照り煮 ピーンと野菜煮 みそ汁(豆腐・青菜) バナナ お茶	肉そうめん(離乳) きゅうりと人参のスティック煮 豆腐の醤油煮 りんご お茶	お粥 トマト煮 ステック野菜 バナナ お茶	お粥 豆腐のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 春雨スープ バナナ お茶
おやつ	お茶 きな粉パン	お茶 お好み焼き風	お茶 チーズ蒸しパン	お茶 磯粥	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	261	234	277	329	236	276
蛋白質(g)	13.6	9.5	8.6	12.5	10.4	9.2
脂質(g)	4.9	6.5	8.3	5.7	6.3	4.3
食塩相当量(g)	0.8	1.0	1.1	1.0	0.4	0.6