

がつ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 聖隷こども園こうのとり東

日 付	曜 日	ぎょうじ 行事	こんだて めい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				おやつ		エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	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	もく 木	とくべつほいく 特別保育	ごはん給食	お茶	牛乳				
2	きん 金	とくべつほいく 特別保育	ごはん給食	ウエハース	ワッフル				
3	ど 土	けんぽうきねんび 憲法記念日							
5	げつ 月	こどもの日							
6	か 火	ふりかききゅうじつ 振替休日							
7	すい 水		ごはん 豚肉とキャベツの塩昆布炒め ◎スティック胡瓜 みそ汁(小松菜・人参) バナナ お茶	お茶	牛乳	554	16.2	459	15.1
8	もく 木		味噌ラーメン 大豆としらすの甘辛和え ブロッコリー パイン 豆乳	お茶	牛乳	18.9	1.6	16.7	1.5
9	きん 金		ごはん 煮魚 ◎根菜サラダ そら豆 みそ汁(じゃが芋・油揚げ) オレンジ お茶	お茶	牛乳	674	22.6	591	18.9
10	ど 土		チャーハン 中華スープ ヨーグルト フルーツ お茶	バナナ	ごまおはぎ	26.5	1.9	22.5	1.5
12	げつ 月		ごはん 焼き魚 青梗菜の中華和え すまし汁(豆腐・若布) バナナ お茶	お茶	牛乳	591	24.0	481	19.3
13	か 火		カレードック キャベツのバインサラダ トマト さつまいものスープ キウイ 牛乳	お茶	牛乳	24.8	1.7	20.2	1.7
14	すい 水		ごはん 鶏肉のから揚げ アスパラのおかか和え みそ汁(鮭・しめじ) オレンジ お茶	お茶	牛乳	504	11.4	435	10.5
15	もく 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 お茶	お茶	牛乳	13.5	1.2	11.9	1.0
16	きん 金		ごはん つくねバーグ ほうれん草サラダ 納豆汁 バイン お茶	ヨーグルト	コーンフレーククッキー	522	17.1	434	15.1
17	ど 土		焼きそば 若布スープ ゼリー フルーツ お茶	バナナ	マカロニきなこ	23.0	1.3	19.1	1.1
19	げつ 月		ごはん 鶏照り焼き 梅納豆和え みそ汁(南瓜・えのき) バイン お茶	お茶	牛乳	561	15.1	531	18.0
20	か 火		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 オレンジ 牛乳	クラッカー	にんじゃおやき	18.6	2.4	17.8	2.2
21	すい 水		ごはん 厚揚げのごまみそ焼き ◎きんぴらごぼう ソーキ汁 メロン お茶	お茶	牛乳	581	19.9	443	17.8
22	もく 木		スパゲティミートソース 大学南瓜 チーズ りんご 豆乳	お茶	牛乳	25.9	2.0	21.2	1.8
23	きん 金		ひじきごはん 肉じゃが トマト みそ汁(白菜・わかめ) バナナ お茶	ヨーグルト	コーンフレーククッキー	548	12.4	477	12.0
24	ど 土		おにぎり 豚汁 ヨーグルト フルーツ お茶	お茶	牛乳	20.3	1.5	18.9	1.3
26	げつ 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(小松菜・鮭) バナナ お茶	お茶	牛乳	558	14.6	462	12.1
27	か 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	バナナ	マカロニきなこ	22.5	1.6	18.3	1.3
28	すい 水		ごはん 鶏肉の治部煮 蒸し南瓜 ブロッコリー みそ汁(白菜・大根) オレンジ お茶	お茶	牛乳	384	9.8	353	9.1
29	もく 木		さの 佐野ラーメン 人参のツナ和え さつま芋の甘煮 メロン 牛乳	お茶	牛乳	11.8	2.0	9.8	1.6
30	きん 金		こまつな 小松菜とじゃこの混ぜごはん 鶏肉生姜焼き 切干大根の煮物 みそ汁(じゃが芋・人参) バイン お茶	お茶	牛乳	497	10.3	400	9.1
31	ど 土		ツナサンド ポトフ フルーツ 豆乳	お茶	牛乳	22.7	1.8	18.1	1.4
				お茶	牛乳	524	14.1	434	13.8
				クラッカー	ごへいもち五平餅	21.5	1.3	16.6	1.2
				お茶	牛乳	575	19.4	459	15.9
				バナナ	◎梅ラスク	19.9	1.7	15.7	1.3
				お茶	牛乳	666	26.7	575	23.6
				ヨーグルト	このや お好み焼き	28.4	1.9	24.8	1.5
				お茶	牛乳	501	10.7	405	10.2
				チーズ	ヨーグルト・せんべい	17.9	1.8	16.2	1.7
				お茶	牛乳	392	5.7	385	9.3
				お茶	牛乳	13.1	1.3	11.6	1.2
				お茶	牛乳	586	15.7	469	12.9
				せんべい	焼き芋	17.9	1.3	14.6	1.1
				お茶	牛乳	644	29.1	563	24.9
				ビスケット	ちんすこう	23.0	1.4	19.7	1.2
				お茶	牛乳	550	5.8	391	6.7
				チーズ	ジャムサンド	25.5	1.3	19.9	1.3
				お茶	牛乳	515	11.3	453	11.2
				ヨーグルト	かんぴょうおにぎり	18.6	2.0	17.5	1.7
				お茶	牛乳	555	15.3	476	13.2
				バナナ	アイスクリーム・ウエハース	17.8	2.1	14.5	1.7
				お茶	牛乳	450	15.6	339	11.7
				お菓子	お菓子	18.3	1.7	13.4	1.1

※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◇

こんげつ とちぎけん み い き さんざる な し かた おお せかいしん にこうとうしやうぐ はままつ うつのみややうざ にっぽんいち せいしんち ゆうめい
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
煮敵などところ。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 うまいものが 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 あしががフラワーパーク にっこうとうしやうぐ

