

5月献立表

聖隷のお保育園 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



☆印のついている献立について
うさぎ/りす・ひよこ
成長に合わせて献立を変更しています
◎は、かみかみメニューです

	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	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 特別保育	ご飯 鶏肉のカレー焼き 人参しりしり すまし汁（白菜・素麺） りんご お茶 特別保育	
おやつ	牛乳 ☆ドーナツ/おやつカステラ	牛乳 紫いもチップ・Caせんべい	
エネルギー(kcal)	509	410	
蛋白質(g)	16.2	17.8	
脂質(g)	17.4	14.3	
食塩相当量(g)	1.5	0.9	

	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	 土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。 献立の内容は、そちらで確認が出来ます。
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	
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	
エネルギー(kcal)			428	485	519	
蛋白質(g)			18.6	20.6	20.6	
脂質(g)			13.6	16.5	19.3	
食塩相当量(g)			1.6	1.2	1.4	

	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	
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	
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 母の日礼拝	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 キャベツのパン和え トマト やさしいスープ バナナ 牛乳 食育	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	
おやつ	牛乳 ホットケーキ	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 ジャムロールサンド	
エネルギー(kcal)	460	439	399	463	488	
蛋白質(g)	18.6	20.9	18.4	16.0	19.0	
脂質(g)	14.7	13.2	10.2	13.7	17.2	
食塩相当量(g)	1.1	1.4	1.1	2.0	1.8	

	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	
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 	バターパン 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	
おやつ	牛乳 やさしいゼリー・プチクッキー	お茶 かんぴょうおにぎり	お茶 チーズホットケーキ	牛乳 かりんとう・たまごせんべい	牛乳 ☆クリームパン/ジャムサンド	
エネルギー(kcal)	353	461	506	486	487	
蛋白質(g)	15.2	14.5	21.0	19.0	18.6	
脂質(g)	6.7	11.6	19.4	15.1	14.5	
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.9	1.7	1.0	

	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	
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	
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 パン お茶	
おやつ	牛乳 ふかし芋	お茶 お好み焼き	牛乳 フルーツポンチ	お茶 いなり寿司	豆乳 ヨーグルト・クッキー	
エネルギー(kcal)	461	426	470	439	517	
蛋白質(g)	18.9	18.9	18.1	13.9	20.4	
脂質(g)	11.8	15.3	15.7	12.4	20.3	
食塩相当量(g)	0.7	1.4	1.2	1.6	1.3	

5月献立表

聖隷のお保育園 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 蒸しカレー 根菜煮 みそ汁（小松菜・えのき） バナナ お茶 特別保育	お粥 鶏肉だんご煮 人参しりしり（離乳） すまし汁（白菜・素麺） りんご お茶 特別保育	
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 紫いもチップ・せんべい	
エネルギー(kcal)	256	197	
蛋白質(g)	7.0	8.4	
脂質(g)	6.2	3.1	
食塩相当量(g)	1.1	0.7	

	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土
朝 おやつ			ビスケット	お茶 クッキー	お茶 塩せんべい	
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	献立の内容は、そちらで確認が出来ます。 土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。
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	
エネルギー(kcal)			217	238	281	
蛋白質(g)			9.7	10.5	15.8	
脂質(g)			3.6	6.7	6.4	
食塩相当量(g)			0.9	1.1	1.4	0.9

	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金	
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	
昼食	お粥 カレーの甘味噌焼き じゃがいもと人参煮 かきたま汁（青菜） りんご お茶 母の日礼拝	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	スパゲッティ野菜あんかけ マッシュ南瓜 レタススープ りんご お茶	
おやつ	お茶 ホットケーキ	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	
エネルギー(kcal)	294	277	258	221	325	
蛋白質(g)	9.6	12.5	13.5	9.6	12.8	
脂質(g)	9.4	7.0	8.0	3.4	5.3	
食塩相当量(g)	0.9	0.9	0.9	1.3	1.4	

	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	
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 スティック野菜 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・麴） 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	親子遠足
おやつ	お茶 ゼリー・クッキー	お茶 磯粥	お茶 チーズホットケーキ	お茶 人参チップ・たまごせんべい	お茶 ジャムサンド	
エネルギー(kcal)	265	236	290	236	233	
蛋白質(g)	10.1	7.1	11.7	8.5	9.1	
脂質(g)	4.6	1.9	5.5	4.4	3.6	
食塩相当量(g)	0.6	0.5	1.3	0.9	1.2	

	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	
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	
昼食	お粥 鶏肉のり塩煮 マカロニ野菜煮 すまし汁（玉葱・麴） りんご お茶	食パン 蒸しカレー おかか煮 ミネストローネ バナナ お茶	お粥 カレーの照り煮 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	
おやつ	お茶 ふかし芋	お茶 お好み焼き風	お茶 フルーツゼリー	お茶 磯粥	お茶 ヨーグルト・クッキー	
エネルギー(kcal)	246	274	261	329	236	
蛋白質(g)	10.5	10.3	6.8	12.5	10.4	
脂質(g)	2.8	7.4	7.4	5.7	6.3	
食塩相当量(g)	0.5	0.8	1.0	1.0	0.4	