

5月 給食献立表

令和7年

後・完了期

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)
1	木	ごはん たらの味噌マヨ焼き ひじきサラダ みそ汁	小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ ごはん・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・たけや味噌・マヨドレ 乾燥ひじき・冷凍コーン 車糖・ごま油	きゅうり・キャベツ・にんじん 西洋かぼちゃ たまねぎ・寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 穀物酢 煮干しだし
2	金	ドッグパン(完了) ごはん(完了) 具だくさんスープ ツナサラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	ゆかりおにぎり 麦茶	鶏もも(完了) ノンオイルツナ缶 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	ドッグパン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・マヨドレ 米(後期・完了)	にんじん・たまねぎ 大根・しめじ ブロッコリー・きゅうり キャベツ・りんご ゆかりふりかけ	食塩・穀物酢・麦茶
3	土	憲法記念日 (休園日)					
5	月	こどもの日 (休園日)					
6	火	(休園日)					
7	水	ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) ナムル スープ	みかんゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	米・車糖・いりごま・ごま油 冷凍コーン・顆粒コンソメ	しょうが・ほうれんそう りよくとうもろやし・にんじん カットわかめ・たまねぎ 寒天	こいくちしょうゆ・清酒 みかん缶 食塩
8	木	ごはん たらのカレー風味焼き さきみのり すまし汁	レーズン蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌・麩 薄力粉・調合油	しょうが・はくさい・キャベツ にんじん キザミノリ たまねぎ・干しぶどう	清酒・カレー粉 こいくちしょうゆ・食塩 ベーキングパウダー かつお・昆布だし
9	金	イエローロール(完了) ごはん(後期) 牛肉のトマト煮込み(完了) 鶏ミンチのトマト煮込み(後期) 大豆サラダ 種なしブルー 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり お茶	鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	牛肉(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・大豆水煮 マヨドレ・わかめふりかけ 米(後期・完了) イエローロール(完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー トマトホール缶・キャベツ・きゅうり 種無しブルー	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 番茶
10	土	チャーハン スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・ごま油・顆粒コンソメ 冷凍コーン 自然素材のお菓子	たまねぎ・青ピーマン・にんじん 生しいたけ・りよくとうもろやし	こいくちしょうゆ・食塩・麦茶
12	月	ごはん たらの塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁	蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米 冷凍グリーンピース・車糖 薄力粉・調合油	切干しいたけ・にんじん 乾しいたけ・白菜 たまねぎ・えのきたけ	清酒・食塩 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 煮干しだし かつお・昆布だし
13	火	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの浅漬け スープ	パンケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・絞豆腐 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 かたくり粉・冷凍コーン ホットケーキミックス 合挽ミンチ(完了)	たまねぎ・にんじん 生しいたけ・青ピーマン・きゅうり キャベツ・パイン缶	こいくちしょうゆ・清酒 昆布茶・食塩
14	水	カレーライス サラダ	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・じゃがいも 顆粒コンソメ・かたくり粉 調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん しめじ・キャベツ・きゅうり	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
15	木	ごはん 牛肉の時雨煮(完了) 鶏ミンチの時雨煮(後期) ゆかり和え みそ汁	かぼちゃきな粉 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・冷凍いんげん 車糖・じゃがいも・麩 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・はくさい りよくとうもろやし・ゆかりふりかけ 西洋かぼちゃ・干しぶどう	清酒・こいくちしょうゆ 煮干しだし かつお・昆布だし
16	金	ごはん 煮魚 ポテトサラダ みそ汁	フルーツミックス 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・車糖・じゃがいも 冷凍コーン・マヨドレ	きゅうり・にんじん たまねぎ・パイン缶 もも缶	こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・みかん缶 煮干しだし
17	土	中華丼 スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子	はくさい・たまねぎ・にんじん 生しいたけ	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 麦茶
19	月	ごはん たらの照り焼き ひじき煮 みそ汁	フルーツ寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・乾燥ひじき	しょうが・たまねぎ にんじん・乾しいたけ グリーンピース・カットわかめ パイン缶・もも缶・みかん缶 寒天	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
20	火	ごはん チンジャオロース 酢の物 スープ	じゃがもちくん 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・かたくり粉・車糖 顆粒コンソメ・麩 じゃがいも 牛肉(完了)	たまねぎ 三色ピーマン にんじん・生しいたけ きゅうり・りよくとうもろやし キャベツ	こいくちしょうゆ・食塩 穀物酢
21	水	ごはん 豚肉の生姜焼き(完了) 鶏ミンチの生姜焼き(後期) さきみのり みそ汁	りんごケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・冷凍いんげん・いりごま 車糖・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん しめじ・りんご・しょうが キャベツ・りよくとうもろやし キザミノリ・カットわかめ りんご缶	こいくちしょうゆ 煮干しだし
22	木	ごはん たらのマヨドレ焼き おかか みそ汁	蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・かつお節 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・マヨドレ・車糖 じゃがいも・薄力粉 調合油	キャベツ・大根・きゅうり にんじん・たまねぎ	清酒・食塩・こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 煮干しだし
23	金	食パン(完了) ごはん(後期) ポトフ 春雨サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	五平餅 おやき お茶	鶏もも(完了) 赤みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	食パン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・普通はるさめ 車糖・ごま油・たけや味噌 すりごま 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー きゅうり・りんご	食塩・こいくちしょうゆ 穀物酢・清酒・番茶
24	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖 自然素材のお菓子	にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・食塩 清酒・番茶・煮干しだし かつお・昆布だし
26	月	ごはん たらの味噌焼き ゆかり和え すまし汁	ぶどうゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・たけや味噌・車糖	しょうが・はくさい・きゅうり にんじん・ゆかりふりかけ カットわかめ・たまねぎ えのきたけ・ぶどう飲料・寒天	清酒・こいくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし
27	火	ごはん 肉じゃが ごま和え みそ汁	ソフトきな粉クッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・じゃがいも 冷凍いんげん・車糖 いりごま ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ 乾しいたけ・キャベツ・きゅうり なす・りよくとうもろやし	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
28	水	牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・車糖 さつまいも ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
29	木	ごはん 煮魚 酢の物 みそ汁	フライドポテト 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・じゃがいも 調合油	しょうが・にんじん カットわかめ 西洋かぼちゃ たまねぎ きゅうり	こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・食塩 煮干しだし
30	金	丸パン(完了) ごはん(後期) ポークビーンズ サラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	菜めしおにぎり お茶	豚もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	丸パン(完了) じゃがいも・大豆水煮 顆粒コンソメ・冷凍コーン マヨドレ・菜飯ふりかけ 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん しめじ・トマトホール缶 キャベツ・きゅうり	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 番茶
31	土	運動会 (弁当日)	自然素材のお菓子 お茶		自然素材のお菓子		番茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
410 kcal	17.7 g	11.3 g	63.3 g	181 mg	1.8 mg	196 μg	0.33 mg	0.29 mg	22 mg	1.5 g

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は100ccを飲んでいただきます。
- ・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。