令和7年度 5月 こんだてひょう

年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう　　月間目標：おなかがすき、給食を喜んで食べる

新緑の鮮やかな季節となりました。
新年度がスタートして1ヶ月が過ぎました。
5月は楽しみな大型連休もあります。
生活リズムが崩れる時期でもあるので、お休み中も
早寝早起きを心がけ、3食しっかりと食事をとり
十分な休息をとりましょう。

☆今月のおやつは野菜を使ったメニューが入っています☆

	1（木）	2（金）
献立	魚の照り焼き 青菜のごま和え 具だくさん汁 フルーツ	〈子どもの日行事食〉 鯉のぼりカレー ポテトサラダ・ミニトマト 胡瓜スティック ウインナー・フルーツ
材料	魚の切り身、キャベツ 人参、もやし ほうれん草、じゃが芋 油揚げ、玉ねぎ、しめじ ねぎ	豚ひき肉、じゃが芋 玉ねぎ、人参 ウインナー、ちくわ レーズン、胡瓜 コーン缶、ミニトマト
おやつ	フライドポテト・牛乳	柏餅・お茶

	5（月）	6（火）	7（水）	8（木）	9（金）
献立	こどもの日	振替休日	唐揚げ キャベツのレモン和え 中華スープ フルーツ	えんどう御飯 キャベツ畑のミンチカツ 添え野菜 わかめのみそ汁 フルーツ	鶏肉のチーズ蒸し 胡瓜スティック ひじきと大豆の煮物 もやしのみそ汁 フルーツ
材料			鶏肉、キャベツ、人参 胡瓜、もやし、わかめ 卵、ねぎ、玉ねぎ	豚ひき肉、えんどう豆 キャベツ、玉ねぎ ブロッコリー、人参 ミニトマト、えのき ねぎ、わかめ	鶏肉、チーズ、胡瓜 ひじき、水煮大豆 干し椎茸、油揚げ 人参、もやし、玉ねぎ チンゲン菜
おやつ			ハムとチーズのホットケーキ・牛乳	クラッカーサンド・牛乳	麩のラスク・牛乳

	12（月）	13（火）	14（水）	15（木）	16（金）
献立	かき揚げ おかか和え 豆腐のみそ汁 フルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 三度豆の白和え かき玉汁 フルーツ	魚の塩焼き 切干大根煮 呉汁 フルーツ	鶏南蛮うどん わかめの和え物 フルーツ	筑前煮 金時煮豆 キャベツのゆかり和え 麩のみそ汁 フルーツ
材料	ちくわ、人参、玉ねぎ さつま芋、キャベツ ちりめんじゃこ、豆腐 ほうれん草、えのき わかめ、ねぎ	合挽き肉、じゃが芋 人参、玉ねぎ、三度豆 グリンピース、木綿豆腐 ロースハム、卵、ねぎ	魚の切り身、切干大根 人参、鶏ひき肉、わかめ 玉ねぎ、油揚げ、ねぎ 三度豆	うどん、鶏肉、人参 玉ねぎ、干し椎茸 ねぎ、わかめ、胡瓜 ちりめんじゃこ コーン缶、ミニトマト	鶏肉、人参、こんにゃく 大根、ごぼう、小松菜 ちくわ、じゃが芋 グリンピース、金時豆 キャベツ、麩、玉ねぎ
おやつ	お好み焼き・牛乳	ちんすこう・牛乳	ビラヤヨーグルト・枝豆 お茶	筍マフィン・牛乳	大豆といりこの揚げ煮 牛乳

	19（月）	20（火）	21（水）	22（木）	23（金）
献立	魚のコーンマヨネーズ焼き スパゲティソテー コンソメスープ フルーツ	豆腐とツナの落とし揚げ チンゲン菜とハムのごま酢 じゃが芋のみそ汁 フルーツ	鶏の照り焼き ひじきとほうれん草の鉄分サラダ にゅうめん汁 フルーツ	カレースパゲティ サラダ コーンスープ フルーツ	鶏のさっぱり煮 ごまマヨ焼き 豆腐のみそ汁 フルーツ
材料	魚の切り身、パセリ クリームコーン缶、しめじ スパゲティ、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン、人参 ベーコン、チンゲン菜	木綿豆腐、ツナ缶 玉ねぎ、ニラ、卵 チンゲン菜、ロースハム キャベツ、人参、わかめ じゃが芋、ねぎ	鶏肉、そうめん、しめじ かまぼこ、油揚げ、ねぎ 玉ねぎ、ほうれん草 ひじき、コーン缶 ツナ缶、人参	豚肉、スパゲティ ピーマン、玉ねぎ しめじ、胡瓜、人参 ロースハム、キャベツ クリームコーン缶	鶏肉、ごぼう ほうれん草、キャベツ 人参、豆腐、玉ねぎ わかめ、ねぎ
おやつ	豆腐ドーナツ・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	じゃこトースト・牛乳	マカロニのあべかわ・牛乳	人参ポッキー・牛乳

	26（月）	27（火）	28（水）	29（木）	30（金）
献立	魚のムニエル 胡瓜ともやしのサラダ 具だくさんカレースープ フルーツ	ポテトグラタン キャベツのサラダ コンソメスープ フルーツ	豆腐とエビのケチャップ煮 わかめとじゃこの和え物 中華スープ フルーツ	春の炊き込み御飯 焼魚 和風サラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	蒸し鶏の和風ソースかけ 人参しりしり 大豆のスープ フルーツ
材料	魚の切り身、胡瓜 もやし、キャベツ、人参 コーン缶、しめじ 玉ねぎ、水煮大豆 ブロッコリー	人参、玉ねぎ、ベーコン コーン缶、しめじ じゃが芋、キャベツ 胡瓜	豚ひき肉、人参、玉ねぎ ねぎ、むきエビ、豆腐 小松菜、わかめ、もやし ちりめんじゃこ、ねぎ キャベツ	魚の切り身、筍 グリンピース、油揚げ キャベツ、人参、胡瓜 ツナ缶、コーン缶、豆腐 小松菜、わかめ、玉ねぎ	鶏肉、人参、卵、ツナ缶 キャベツ、玉ねぎ 水煮大豆
おやつ	野菜サンドイッチ・牛乳	フルーツヨーグルト りんごジュース	ミルク餅・牛乳	黒糖蒸しパン・牛乳	餃子の皮ピザ・牛乳

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。
3歳以上のお子様も、主食（ごはん等）は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。
15日（木）は、クッキング（筍マフィン）をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。

都合により献立を変更する場合がありますがご了承下さい。

みずほ保育園