



五条くじら小規模保育園

令和 7 年

5月 給食献立表

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 木	牛乳	ご飯 鯉のぼりミートローフ アスパラのマリネ ポトフ ヨーグルト ★行事食	お茶 鯉のぼりクッキー	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・鶏卵・ウインナーソーセージ・ヨーグルト・豆乳	米・パン粉・マヨネーズ・砂糖・油・じゃがいも・薄力粉・無塩バター	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・焼きのり・アスパラガス・キャベツ・コーン・冷凍ミックスベジタブル
2 金	牛乳	豆ご飯 赤魚の煮つけ さつまいもサラダ わかめと卵のスープ	牛乳 シュガートースト	牛乳・赤魚・ロースハム・鶏卵	米・砂糖・さつまいも・マヨドレ・食パン・有塩マーガリン	ゆで冷凍グリーンピース・きゅうり・にんじん・たまねぎ・乾わかめ
7 水	牛乳	ホークカレー マカロニサラダ オレンジ	牛乳 ココアケーキ	牛乳・ぶた肉・ロースハム・豆乳	米・じゃがいも・油・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・ホットケーキミックス・砂糖	にんじん・たまねぎ・きゅうり・にんじん・コーン・オレンジ
8 木	牛乳	ご飯 新こぼろと豚肉の味噌煮 春雨のさっぱり和え 白菜のすまし汁	牛乳 みかんフルーチェ	牛乳・ぶた肉・麦みそ・ロースハム	米・油・砂糖・はるさめ・フルーチェ	ごぼう・だいこん・にんじん・りょうとうもやし・きゅうり・レモン果汁・はくさい・えのきだけ・カットわかめ・みかん缶詰
9 金	牛乳	ご飯 鯉のパン粉焼き キャベツの塩昆布あえ 里芋のみそ汁	牛乳 ハйнаッフルケーキ	牛乳・さけ・パルメザンチーズ・麦みそ・豆乳	米・パン粉・油・ごま油・さといも・花麴・ホットケーキミックス・砂糖	キャベツ・にんじん・塩昆布・たまねぎ・青ねぎ・パインアップル缶詰
10 土	牛乳	ハヤシライス もやしのゴマ塩サラダ フルーツゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・まぐろ水煮缶詰	米・油・ごま油・いりごま・ゼリー・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース・もやし・きゅうり
12 月	牛乳	ゆかりごはん 具入り卵焼き 大根とわかめの酢の物 もすくの味噌汁	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ちくわ・生揚げ・麦みそ	米・砂糖・マシュマロ・リッツ	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・だいこん・カットわかめ・もすく・青ねぎ
13 火	牛乳	五目うどん ほうれん草のごま和え ハйнаッフル缶	牛乳 やみつきおにぎり	牛乳・若鶏もも・油揚げ	ゆでうどん・ごま・砂糖・米・てんかす	はくさい・たまねぎ・にんじん・冷凍ほうれん草・にんじん・パインアップル缶詰・青のり
14 水	牛乳	麦ご飯 カレーのオーロラソース 大豆とひじきの煮物 レタスのスープ	牛乳 米粉人参蒸しパン	牛乳・まがれい・大豆水煮缶詰・油揚げ・豆乳	米・押麦・薄力粉・油・マヨドレ・砂糖・米粉	トマトケチャップ・乾ひじき・にんじん・レタス・たまねぎ・カットわかめ・冷凍コーン
15 木	牛乳	ロールパン 松風焼き かぼちゃサラダ トマトスープ	お茶 鯉おにぎり	牛乳・ぶたひき肉・豆腐・豆乳・麦みそ・ベーコン・大豆水煮缶詰	ロールパン・パン粉・砂糖・いりごま・マヨドレ・米	たまねぎ・にんじん・あおのり・冷凍くりかぼちゃ・きゅうり・はくさい・トマトピューレ
16 金	牛乳	ご飯 さわらのゴマ味噌焼き チーズ入りサラダ 豆腐のすまし汁 パナナ	牛乳 ジャムカップケーキ	牛乳・さわら・甘みそ・チーズ・絹ごし豆腐・豆乳	米・砂糖・ごま・油・ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・にんじん・たまねぎ・冷凍ほうれん草・バナナ・いちごジャム
17 土	牛乳	チャーハン ブロッコリーのおかか和え チンゲン菜のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・しらす干し・焼き竹輪・かつお節	米・ごま油・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・長ねぎ・冷凍ほうれん草・にんじん・ブロッコリー・コーン・チンゲンサイ
19 月	牛乳	長崎ちゃんぽん 浦上そば みかん缶 ★食育献立 長崎県の郷土料理	牛乳 マーラカオ	牛乳・ぶたロース・板かまぼこ・豆乳・ぶたひき肉・さつま揚げ・鶏卵	中華めん・油・ごま油・砂糖・いりごま・薄力粉・三温糖	長ねぎ・キャベツ・りょうとうもやし・にんじん・ゆでごぼう・もやし・みかん缶詰

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE) (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1・2歳	488	18.3	17.6	282	1.9	190	0.25	0.37	20	3.4	1.5
3歳	542	21.5	18.4	292	2.7	219	0.3	0.39	25	4.2	1.6



令和 7 年

5月 給食献立表

日	曜	PMおやつ	昼食	おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
20	火	牛乳	豆腐とひじきのそぼろ丼 ブロッコリーサラダ すまし汁	牛乳 みかん寒天	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・油 揚げ・ツナ缶	米・油・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・ゆでブロッコリー・きゅう り・こまつな・だいこん・にん じん・オレンジジュース・みか ん缶詰
21	水	牛乳	ご飯 鮭のムニエル ほうれん草と人参のナムル さつまいものみそ汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さけ・ロースハム・ 麦みそ・きな粉	米・薄力粉・有塩バター・ご ま油・さつまいも・砂糖	冷凍ほうれんそう・にんじん・ たまねぎ・しめじ・カットわか め・バナナ
22	木	牛乳	麻婆丼 こまだれサラダ 春雨スープ	牛乳 フレンチトースト	牛乳・豆腐・ふたひき肉・ 赤色辛みそ・鶏むね(皮なし) ・鶏卵	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ はるさめ・食パン・無塩バ ター	にんじん・長ねぎ・ブロッコ リー・コーン・チンゲンサイ・ たまねぎ
23	金	牛乳	ご飯 さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 小松菜の味噌汁	牛乳 豆乳プリン	牛乳・さば・鶏ひき肉・油 揚げ・麦みそ・豆乳	米・じゃがいも・油・砂糖・ プリン	たまねぎ・にんじん・ゆで冷凍 グリーンピース・こまつな・えの きたけ
24	土	牛乳	焼きそば さつまいものレモン煮 セロリのスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたばら・かつお 節・若鶏むね(皮なし)	中華めん・ごま油・さつまい も・砂糖・鉄・コラーゲンウ エハース(ココア)	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・レモン果汁・セ ロリー・にんじん
26	月	牛乳	ご飯 ボークチャップ 切干大根のサラダ ミルクスープ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳・ふたかた・ベーコ ン・プレーンヨーグルト	米・薄力粉・油・砂糖・マヨ ドレ・ごま	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・切干しだいこん・ 冷凍ほうれんそう・にんじん・ コーン・くりかぼちゃ・しめ じ・バナナ・白桃缶
27	火	牛乳	ご飯 あじの煮つけ チンゲン菜とベーコンのソテー 大根と舞茸の味噌汁	牛乳 餃子ピザ	牛乳・あじ・ベーコン・絹 ごし豆腐・麦みそ・ツナ 缶・チーズ	米・砂糖・油・ぎょうざの皮	チンゲンサイ・にんじん・だい こん・まいだけ・トマトケ チャップ・コーン・たまねぎ
28	水	牛乳	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き ピーマンサラダ なすの味噌汁 煮りんご	牛乳 カルビス蒸しパン	牛乳・若鶏もも皮なし・ツ ナ缶・みそ	米・塩こうじ・油・ビーフ ン・マヨドレ・砂糖・ホット ケーキミックス・カルビス	きゅうり・にんじん・なす・ キャベツ・しめじ・りんご・レ モン果汁
29	木	牛乳	ふりかけご飯 チキンカツ スパゲッティサラダ コンソメスープ ジョア	お茶 ショートケーキ	牛乳・若鶏もも・鶏卵・ツ ナ缶・乳酸菌飲料・生ク リーム	米・薄力粉・パン粉・油・マ カロニ・スパゲティ・マヨド レ・じゃがいも・スポンジ ケーキ・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・ゆでブロッコリー・きゅう り・こまつな・だいこん・にん じん・オレンジジュース・みか ん缶詰
30	金	牛乳	ロールパン タンドリーチキン ポテトサラダ ほうれん草のスープ	牛乳 炊き込みおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・プ レーンヨーグルト・ウイン ナーソーセージ・油揚げ	ロールパン・じゃがいも・マ ヨドレ・米	にんにく・トマトケチャップ・ にんじん・きゅうり・ほうれん そう・たまねぎ・黄パプリカ・ ごぼう
31	土	牛乳	回鍋肉丼 かぼちゃの煮物 すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・赤色辛み そ・生揚げ	米・砂糖・ごま油・片栗粉・ 鉄・コラーゲンウエハース(コ コア)	しょうが・にんにく・キャベ ツ・生しいたけ・たまねぎ・に んじん・冷凍くりかぼちゃ・ カットわかめ

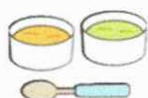


離乳食後期 献立表

令和 7年5月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	午前	昼食	午後	
1 (木)	お茶	・軟飯・鶏肉と野菜の煮物・アスパラの穂先・ポトフ	ソフトクッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・じゃがいも・フイヨン・食塩・かぼちゃ
2 (金)	お茶	・軟飯・たいと人参の煮物・さつま芋スティック・玉ねぎスープ	パンスティック	・麦茶・米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・たまねぎ・食パン
7 (水)	お茶	・しらす雑炊・きゅうりスティック	せんべい	・麦茶・米・しらす干し・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・きゅうり・せんべい
8 (木)	お茶	・軟飯・鶏肉のみそ煮・大根スティック・白菜のすまし汁	みかん缶	・麦茶・米・鶏ひき肉・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・だいこん・はくさい・にんじん・薄口しょうゆ・みかん缶詰
9 (金)	お茶	・軟飯・鮭のコンソメ煮・にんじんスティック・玉ねぎスープ	プレーンケーキ	・麦茶・米・さけ・キャベツ・フイヨン・食塩・片栗粉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・豆乳
10 (土)	お茶	・しらす雑炊・きゅうりスティック	お菓子	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
12 (月)	お茶	・軟飯・鶏肉と野菜の煮物・大根スティック・豆腐の味噌汁	ウエハース	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・絹ごし豆腐・たまねぎ・麦みそ・ウエハース
13 (火)	お茶	・煮込みうどん・にんじんスティック	青のり粥	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・米・青のり
14 (水)	お茶	・軟飯・カレイとほうれん草の煮物・人参スティック・玉ねぎスープ	米粉人参蒸しパン	・麦茶・米・まがれい・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・たまねぎ・濃口しょうゆ・牛乳・米粉・ベーキ
15 (木)	お茶	・パン粥・鶏肉と野菜の味噌煮・かぼちゃスティック・トマトスープ	鮭粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ・はくさい・トマトピューレ・薄口しょう
16 (金)	お茶	・軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	プレーンケーキ	・麦茶・米・さけ・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス
17 (土)	お茶	・しらす雑炊・ブロッコリースティック	お菓子	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ブロッコリー・鉄+コラーゲンウエハース(コ
19 (月)	お茶	・軟飯・鶏肉と玉ねぎの煮物・キャベツスープ・みかん缶	ウエハース	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・薄口しょうゆ・みかん缶詰・ウエハース
20 (火)	お茶	・五目雑炊・ブロッコリースティック	みかん	・麦茶・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・こまつな・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ゆでブロッコリー・みかん缶詰
21 (水)	お茶	・軟飯・鮭の煮物・さつま芋スティック・ほうれん草スープ	きざみバナナ	・麦茶・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・冷凍ほうれんそう・にんじん・バナナ
22 (木)	お茶	・あんかけ丼・ブロッコリースティック・チンゲン菜のスープ	パンスティック	・麦茶・米・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ブロッコリー・チンゲンサイ・薄口しょうゆ・食パン
23 (金)	お茶	・軟飯・カレイとじゃが芋の煮物・にんじんスティック・小松菜のスープ	せんべい	・麦茶・米・まがれい・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・こまつな・たまねぎ・濃口しょうゆ・せんべい
24 (土)	お茶	・軟飯・しらすとキャベツの煮物・さつま芋スティック・人参スープ	お菓子	・麦茶・しらす干し・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・にんじん・たまねぎ・薄口しょうゆ・米・鉄+
26 (月)	お茶	・軟飯・鶏肉とほうれん草の煮物・にんじんスティック・かぼちゃスープ	ももの缶詰	・麦茶・米・鶏ひき肉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・白桃缶
27 (火)	お茶	・軟飯・たいとチンゲン菜の煮物・にんじんスティック・大根の味噌汁	ソフトクッキー	・麦茶・米・たい・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・絹ごし豆腐・麦みそ
28 (水)	お茶	・軟飯・鶏肉と人参の中華煮・きゅうりスティック・なすのすまし汁	プレーン蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・鶏がらだし・片栗粉・きゅうり・なす・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・牛
29 (木)	お茶	・軟飯・鶏肉の洋風煮・じゃが芋スティック・にんじんスープ	ももの缶詰	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・フイヨン・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・黄桃缶
30 (金)	お茶	・パン粥・しらすと野菜のトマト煮・じゃが芋スティック・ほうれん草のスープ	にんじん粥	・麦茶・食パン・しらす干し・にんじん・じゃがいも・トマトピューレ・食塩・濃口しょうゆ・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒
31 (土)	お茶	・とり雑炊・かぼちゃスティック	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・冷凍くりかぼちゃ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)



離乳食中期 献立表

令和 7年5月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (木)	・7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・ポトフ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
2 (金)	・7倍粥・たいと人参の煮物・玉ねぎスープ	・米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
7 (水)	・しらす雑炊・じゃがいもスープ	・米・しらす干し・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・にんじん
8 (木)	・7倍粥・鶏肉のみそ煮・白菜のすまし汁	・米・鶏ひき肉・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・はくさい・にんじん
9 (金)	・7倍粥・鮭のコンソメ煮・玉ねぎスープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・にんじん
10 (土)	・しらす雑炊・玉ねぎスープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
12 (月)	・7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
13 (火)	・煮込みうどん・にんじんスープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
14 (水)	・7倍粥・カレーとほうれん草の煮物・玉ねぎスープ	・米・まがれい・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
15 (木)	・パン粥・鶏肉と野菜の味噌煮・トマトスープ	・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・トマトピューレ
16 (金)	・7倍粥・鮭とキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
17 (土)	・しらす雑炊・ブロッコリースープ	・米・しらす干し・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ブロッコリー
19 (月)	・7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
20 (火)	・五目雑炊・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・こまつな・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー
21 (水)	・7倍粥・鮭の煮物・ほうれん草スープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう・にんじん
22 (木)	・あんかけ粥・チンゲン菜のスープ	・米・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
23 (金)	・7倍粥・カレーとじゃが芋の煮物・小松菜のスープ	・米・まがれい・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな・たまねぎ
24 (土)	・7倍粥・しらすとキャベツの煮物・人参スープ	・米・しらす干し・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・たまねぎ
26 (月)	・7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
27 (火)	・7倍粥・たいとチンゲン菜の煮物・大根のすまし汁	・米・たい・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・絹ごし豆腐
28 (水)	・7倍粥・鶏肉と人参の煮物・なすのすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・キャベツ
29 (木)	・7倍粥・鶏肉の洋風煮・にんじんスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・ブイヨン・片栗粉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
30 (金)	・パン粥・しらすと野菜のトマト煮・ほうれん草のスープ	・食パン・しらす干し・にんじん・じゃがいも・トマトピューレ・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)
31 (土)	・とり雑炊・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・冷凍くりかぼちゃ