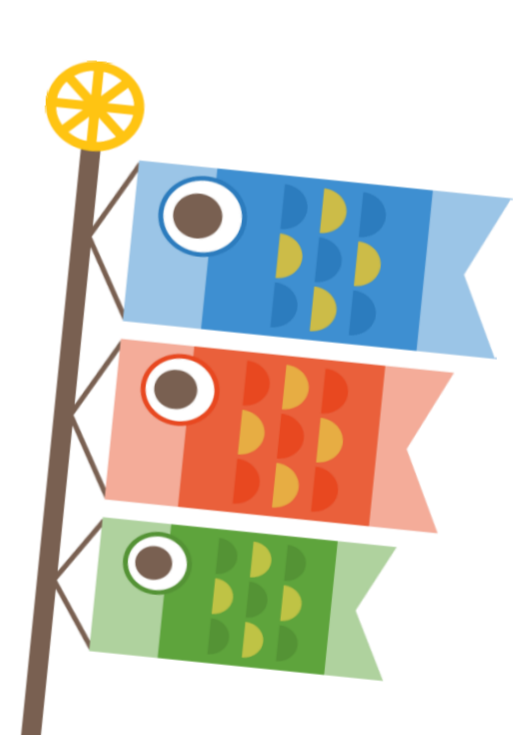


ゆめっこ保育園 献立予定表 2025年5月



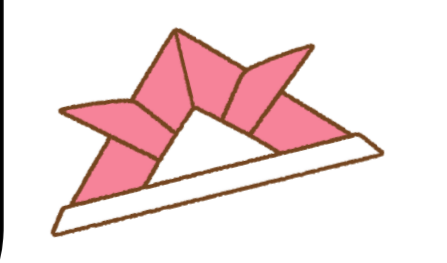
日	(木) 1	(金) 2	(水) 7	(木) 8	(金) 9	(土) 10	(月) 12	(火) 13	(水) 14	(木) 15	(金) 16	(土) 17	(月) 19	(火) 20	
昼食	鶏そぼろ丼 五分付米 40 鶏ひき肉 30 小松菜 20 人参 5 玉ねぎ 10 ごま油 1.5 片栗粉 1 しょうゆ 1.5 みりん 1.5 塩 0.1 磯煮 わかめ 4 たけのこ 10 大根 15 醤油 1.5 みりん 0.5 ごま油 0.5 みそ汁 10 もやし 10 人参 10 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	筍ごはん 五分付米 40 人参 5 筍 2 ぬめさや 2 醤油 みりん 1 塩 0.1 焼きコロッケ じゃがいも 40 合挽ミンチ 25 玉ねぎ 10 みりん 10 人参 5 醤油 みりん 1 小麦粉 パン粉 1 油 塩 1 ケチャップ 1 ブロッコリー塩ゆで 1 ブロッコリー 15 ミニトマト 15 春雨サラダ 10 みそ汁 10 キャベツ 15 人参 10 スープ 2.5 白ねぎ 10 オリーブオイル 1.5 塩 0.2 スープ 0.2 玉ねぎ 10 わかめ 1 醤油 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 ハンバーグ 5 合ミンチ 40 人参 30 玉ねぎ 10 パン粉 3 塩 0.2 醤油 1.5 みりん 1.5 ごぼう 1 アスパラのごま和え 5 アスパラ 1 ごま 7 春キャベツのサラダ 1 春キャベツ 30 人参 5 コーン 2 酢 1 オリーブ油 1 塩 0.2 スープ 10 白ねぎ 10 白菜 1.5 みりん 1.5 醤油 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 いわしの梅煮 5 梅干し 10 みりん 10 醤油 3 ごぼう 10 きゅうり 35 わかめ 2.5 ごま油 1 酢 7 みそ汁 30 大根 8 人参 2 キャベツ 5 味噌 1 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 牛肉のすき煮 50 白菜 30 玉ねぎ 15 焼き豆腐 30 えのき 10 みりん 4 醤油 2 砂糖 2 カリカリサラダ 1 キャベツ 25 人参 15 大根 10 ちりめんじゃこ 2 醤油 1 ごま油 1 みそ汁 15 じゃがいも 15 ちんげんさい 10 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 わかめ 5 ささみのフリッター 5 ささみ 10 小麦粉 2 牛乳 20 B.P. 0.5 塩 0.2 油 3 ミニトマト 1 ネバネバ和え 1 納豆 1 キャベツ 15 人参 10 小松菜 10 モロヘイヤ 5 牛乳マヨネーズ 3 大豆 10 みそ汁 1 えのき 5 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	お弁当 当日です	ごはん 五分付米 40 麻婆大根 30 合挽ミンチ 30 大根 1.5 玉ねぎ 15 人参 10 ピーマン 5 オイスターソース 1 ソース 1 ケチャップ 1 みりん 醤油 1 味噌 片栗粉 1 砂糖 0.5 にんにく 生姜 0.2 てっちゃんサラダ 10 ひじき 1 大豆 10 キャベツ 10 人参 5 ちりめんじゃこ 2 牛乳マヨネーズ 3 みそ汁 0.5 えのき 10 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 五目焼肉 20 鶏ひき肉 30 醤油 1.5 みりん 1.5 塩 0.1 大葉 15 鮭のサクサク焼き 25 鮭 50 パン粉 1 塩 2 そら豆の塩ゆで 0.1 にんにく 生姜 0.5 塩 0.1 白ねぎ 10 ほうれん草 5 人参 10 豆腐 25 コンニャク 5 ひじき 1 きゅうり 4 人参 1 しょうゆ 3 ごま油 1 スープ 0.5 玉ねぎ 10 わかめ 10 みりん 1.5 キャベツ 10 味噌 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	うめごはん 五分付米 40 梅干し 2 鶏ひき肉 30 小松菜 5 人参 20 玉ねぎ 10 ごま油 1.5 片栗粉 1 しょうゆ 50 みりん 1.5 パン粉 0.5 塩 0.2 鮭のサクサク焼き 25 鮭 50 パン粉 1 塩 2 そら豆の塩ゆで 0.1 にんにく 生姜 0.5 塩 0.1 白ねぎ 10 ほうれん草 5 人参 10 豆腐 25 コンニャク 5 ひじき 1 きゅうり 4 人参 1 しょうゆ 3 ごま油 1 スープ 0.5 玉ねぎ 10 わかめ 10 みりん 1.5 キャベツ 10 味噌 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 鶏肉の照り焼き 20 鶏もも肉 45 醤油 2 みりん 2 玉ねぎ 2 ごま油 2 人参 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.5 みそ汁 1 人参 10 しょうゆ 10 みりん 1.5 塩 0.5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 鶏肉の照り焼き 20 鶏もも肉 45 醤油 2 みりん 2 玉ねぎ 2 ごま油 2 人参 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.5 みそ汁 1 人参 10 しょうゆ 10 みりん 1.5 塩 0.5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 鶏肉の照り焼き 20 鶏もも肉 45 醤油 2 みりん 2 玉ねぎ 2 ごま油 2 人参 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.5 みそ汁 1 人参 10 しょうゆ 10 みりん 1.5 塩 0.5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 鶏肉の照り焼き 20 鶏もも肉 45 醤油 2 みりん 2 玉ねぎ 2 ごま油 2 人参 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.5 みそ汁 1 人参 10 しょうゆ 10 みりん 1.5 塩 0.5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 鶏肉の照り焼き 20 鶏もも肉 45 醤油 2 みりん 2 玉ねぎ 2 ごま油 2 人参 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.5 みそ汁 1 人参 10 しょうゆ 10 みりん 1.5 塩 0.5 だし汁(昆布・煮干)
おやつ	白みそホットケーキ 小麦粉 20 B.P. 1 砂糖 3 白みそ 3 牛乳 10 油 1 果物 30 牛乳 150	柏餅風まんじゅう 薄力粉 12 強力粉 3 砂糖 1.5 イースト 0.1 ベーキングパウダー 0.1 塩 0.2 小豆 10 砂糖 7 抹茶 7 果物 30 牛乳 150	もちもちチーズパン 白玉粉 17 塩 0.1 牛乳 19 粉チーズ 4 油 0.9 果物 30 牛乳 150	芋かりんとう さつまいも 0.5 塩 50 油 10 果物 30 牛乳 150	みかんゼリー 寒天 0.6 みかんジュース 4 みかん缶 10 砂糖 3.6 果物 30 牛乳 150	市販菓子 ミレービスケット 0.6 果物 30 牛乳 150	梅が枝餅 もち粉 15 だんご粉 15 小豆 10 砂糖 7 塩 0.2 果物 30 牛乳 150	じゃーじゃー麺 中華めん 20 豚ミンチ 3 玉ねぎ 8 きゅうり 8 醤油 0.8 味噌 0.5 オイスターソース 0.5 果物 30 牛乳 150	かたやきせんべい 薄力粉 20 砂糖 3 黒ごま 0.2 あおのり 0.2 塩 0.1 果物 30 牛乳 150	ごぼうのから揚げ ごぼう 20 片栗粉 5 油 1.5 にんにく 0.5 みりん 1 醤油 1 果物 30 牛乳 150	わらび餅 わらび粉 10 砂糖 1.5 片栗粉 1.5 塩 0.5 きな粉 0.5 (0.1歳は代替です。さつまいも) 果物 30 牛乳 150	蒸しパン 小麦粉 30 小豆 5 油 0.5 ベーキングパウダー 0.5 果物 30 牛乳 150	じゃがまるくん じゃがいも 40 塩 0.1 片栗粉 2 バター 1 焼きのり 0.1 醤油 0.5 果物 30 牛乳 150	さつまいもブリッツ 小麦粉 15 さつまいも 25 砂糖 5 油 5 片栗粉 10 果物 30 牛乳 150	

日	(水) 21	(木) 22	(金) 23	(土) 24	(月) 26	(火) 27	(水) 28	(木) 29	(金) 30	(土) 31
昼食	赤飯 五分付米 20 もち米 10 小豆 3 塩 0.2 ミートボール 8 合挽ミンチ 30 玉ねぎ 10 人参 10 塩 0.1 片栗粉 1 ケチャップ 3 醤油 1.5 みりん 1.5 砂糖 0.5 アスパラの塩ゆで 0.5 アスパラ 3 無限キャベツ 40 キャベツ 10 人参 10 ごま 0.2 青のり 0.2 ごま油 0.2 みそ汁 1 玉ねぎ 5 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 チンジャオロース 30 豚肉 15 ピーマン 8 赤パプリカ 8 黄パプリカ 8 ゆでたけのこ 10 玉ねぎ 30 オイスターソース 2 みりん 1 醤油 1 塩 0.2 もやしの酢の物 25 もやし 15 うす揚げ 5 キャベツ 10 人参 10 ごま油 0.6 スープ 10 ちんげんさい 10 えのき 10 醤油 1.5 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 赤魚の煮付け 50 赤魚 15 みりん 2 人参 2 小麦粉 15 砂糖 1.5 しょうゆ 1 みりん 1 ごぼう 10 コールスローサラダ 2 キャベツ 30 人参 15 コーン 8 牛乳マヨネーズ 2 酢 1 砂糖 1 みそ汁 10 白ねぎ 10 小松菜 5 味噌 10 だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 40 豚肉 30 玉ねぎ 10 人参 2 もやし 2 しょうゆ 1.5 みりん 1 さとう 1 キャベツのナムル 30 かぼちゃ 1 キャベツ 15 わかめ 8 ごま油 2 ごま 1 醤油 0.5 みそ汁 10 大根 10 大根 10 醤油 1.5 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 豚肉と納豆のから揚げ 30 豚肉 40 納豆 15 小麦粉 30 醤油 2.5 みりん 2.5 油 2.5 焼きかぼちゃ 25 かぼちゃ 0.1 ナムル 15 もやし 25 人参 10 ほうれん草 5 醤油 0.5 みりん 1 スープ 10 大根 10 わかめ 10 みそ汁 1.5 玉ねぎ 1.5 味噌 10 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 豚肉の生姜焼き 40 豚肉 40 玉ねぎ 15 人参 15 ねぎ 2.5 生姜 2.5 醤油 1 みりん 1 スープ 0.1 キャベツ 25 人参 15 もやし 10 焼きのり 0.2 醤油 1 みりん 1 みそ汁 5 小松菜 10 人参 10 味噌 1.5 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 いわしのフライ 40 いわし 50 塩 0.2 小麦粉 1 パン粉 3 油 3 ミニトマト 15 スナップエンドウ 2 スナップエンドウ 8 じゃがいもの土佐煮 25 人参 15 かつお節 10 醤油 0.5 みりん 1 みそ汁 5 小松菜 10 人参 10 味噌 1.5 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 筑前煮 40 とりもも肉 50 玉ねぎ 0.2 人参 1 ごぼう 3 れんこん 3 たけのこ 15 きぬさや 1 こんにゃく 8 砂糖 1 みりん 40 醤油 0.5 もずく 0.2 みそ汁 1 豆腐 15 味噌 5 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 40 かれないの梅照り焼き 40 かれない 30 みりん 30 醤油 10 生姜 10 梅 1.5 そら豆の塩ゆで 10 にんにく 1 塩 0.2 コロコロ煮 1 高野豆腐 8 人参 15 じゃがいも 25 うすいえんどう 3 醤油 10 みりん 15 砂糖 0.5 スープ 10 きぬさや 15 玉ねぎ 5 大根 10 醤油 1.5 みりん 1.5 塩 0.2 だし汁(昆布・煮干)	キャベツの塩焼きそば 50 中華麺 20 豚バラ肉 20 キャベツ 2.5 玉ねぎ 20 ニラ 5 人参 5 ごま油 1 にんにく 1 塩 0.3 おにぎり 25 五分付米 15 ふりかけ 1 酢の物 35 きゅうり 2.5 わかめ 1 ごま油 0.5 酢 1 醤油 1
おやつ	メロンパン 強力粉 25 砂糖 3 ドライイースト 0.5 塩 0.01 バター 1 小麦粉 8 バター 4.5 砂糖 4 さつまいも 4.5 果物 4.5 牛乳 150	麩のラスク 焼き麩 7 バター 5 砂糖 4 油 1 味噌 1.5 砂糖 0.5 みりん 0.3 果物 30 牛乳 150	みそポテト じゃがいも 50 片栗粉 3 油 4 味噌 1 砂糖 1.5 みりん 0.5 醤油 0.3 果物 30 牛乳 150	市販菓子 ミレービスケット 20 果物 30 牛乳 150	きなこ団子 豆腐 30 だんご粉 15 もち粉 15 きなこ 15 砂糖 15 (0.1歳はさつまいも) 果物 30 牛乳 150	チーズポテト じゃがいも 30 チーズ 5 塩 15 果物 30 牛乳 150	りんごゼリー 寒天 0.6 りんごジュース 4 砂糖 0.2 果物 30 牛乳 150	よりより 小麦粉 30 砂糖 5 ごま油 0.5 塩 0.2 果物 30 牛乳 150	恐竜の卵 白玉粉 30 上新粉 5 黒砂糖 0.5 B.P. 0.2 果物 30 牛乳 150	さつまいもドーナツ 小麦粉 15 さつまいも 10 砂糖 5 ベーキングパウダー 0.5 油 0.3 果物 30 牛乳 150



「こどもの日」の5月5日は「端午の節句」にあたり、男の子の成長をいいう日です。今は国民の祝日のひとつとなり、子どもの無事や成長を願い、家族でお祝いします。

柏餅を食べる風習は、江戸時代から続いているものです。柏の木は、葉が落ちないことで有名な木でした。新芽が出るまで古い葉が残るという特性から、「子孫繁栄」を祈願する縁起のよい菓子として定着していったとされています。



※数字は、幼児の予定可食量です。
 ※乳児は、幼児の予定可食量×0.9として計算します。
 ※2日はこどもの日のついでです。
 ※13日はお弁当日です。
 ※21日はお誕生日会です。
 ※今月の果物はりんご・美生柑や甘夏などの柑橘類などを使用する予定です。