

令和7年度



5月の献立表



向山保育園

日	曜	3歳未満児		副 食		午後のおやつ	
		午前のおやつ	主食	献立名	食材料名	献立名	食材料名
1	木	牛乳 クラッカー	ご飯	みそラーメン 五目豆煮 スティックゼリー	焼きそばめん、キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、豚肉、にんにく、油、かまぼこ、わかめ、ねぎ、みそ、塩、中華だしの素 大豆、ちくわ、人参、ごぼう、昆布、砂糖、しょうゆ、塩 スティックゼリー	牛乳 ★ポパイケーキ	ほうれん草、バター ホットケーキミックス、砂糖、卵、牛乳
2	金	牛乳 おかき	ご飯	酢豚 中華スープ フルーツ	豚肉、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油、玉ねぎ、人参、干し椎茸、ピーマン、油、砂糖、しょうゆ、酢、片栗粉 チンゲンサイ、豆腐、人参、卵、中華だしの素、塩、片栗粉 フルーツ	牛乳 せんべい	
7	水	牛乳 かみかみ昆布	ご飯	若鶏の香味揚げ 花畑サラダ わかめのすまし汁	鶏肉、しょうゆ、にんにく、片栗粉、油 キャベツ、ハム、人参、きゅうり、コーン、りんご、酢、油、塩、こしょう 焼き鮓、わかめ、人参、玉ねぎ、かつお節、しょうゆ、塩	牛乳 ★うどん かりんとう	うどん、小麦粉、油、砂糖、酢、きなこ、塩
8	木	牛乳 乾パン	ご飯	豚肉のカレーソテー 春雨の酢の物 青菜とえのきのみそ汁	豚肉、玉ねぎ、赤ピーマン、ピーマン、油、砂糖、カレー粉、ウスターソース、しょうゆ 春雨、人参、きゅうり、わかめ、ごま油、しょうゆ、酢、砂糖、ごま 小松菜、えのき茸、人参、ねぎ、煮干し、みそ	牛乳 ★ジャムサンド	食パン、ジャム
9	金	牛乳 ポーロ	ご飯	おさかなバーグ きんぴらごぼう そうめん汁	かつお油漬、玉ねぎ、鶏肉、しょうが、にんにく、片栗粉、塩、グリーンピース、油、ケチャップ ごぼう、人参、こんにゃく、豚肉、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま そうめん、かまぼこ、ねぎ、煮干し、塩、しょうゆ	お茶 かしわもち	
10	土	牛乳・ビスケット				牛乳・黒棒	
12	月	牛乳 ごませんべい	お誕生会メニュー				牛乳 ショートケーキ
13	火	牛乳 甘辛せんべい	ご飯	鶏の梅じょうゆ焼き 小松菜とキャベツのしらすサラダ 大根としめじのスープ	鶏肉、塩、梅干し、かつお節、めんつゆ、小麦粉、油 小松菜、キャベツ、人参、しらす干し、油、ごま油、酢、しょうゆ、ごま 大根、大根の葉、人参、しめじ、ベーコン、洋風だしの素、塩、しょうゆ	牛乳 カステラ	
14	水	牛乳 フレーク	ご飯	マーボー豆腐 もやしのナムル かきたま汁	豆腐、豚肉、ねぎ、にんにく、しょうが、玉ねぎ、グリーンピース、油、中華だしの素、しょうゆ、片栗粉 もやし、ほうれん草、人参、砂糖、しょうゆ、酢、ごま、ごま油 卵、玉ねぎ、人参、わかめ、かつお節、しょうゆ、塩、片栗粉	牛乳 ★ぎょうざピザ	ぎょうざの皮、ケチャップ、玉ねぎ、ツナ油漬、コーン、とろけるチーズ、青のり
15	木	牛乳 ポーロ	ご飯	スパゲティタリアン さつまいもとベーコンのチーズ焼き コンソメスープ	スパゲティ、人参、玉ねぎ、ウインナー、しいたけ、油、ケチャップ、砂糖、塩、こしょう、グリーンピース さつまいも、ベーコン、玉ねぎ、油、とろけるチーズ、パセリ コーン、小松菜、人参、しいたけ、ねぎ、洋風だしの素、しょうゆ、塩	お茶 ★もちもちから	おから、牛乳、白玉粉、油、しょうゆ、砂糖
16	金	牛乳 せんべい	ご飯	魚の磯辺焼き キャベツとアスパラの炒め煮 豆腐と油揚げのみそ汁	たら、しょうゆ、みりん、片栗粉、青のり、油 キャベツ、グリーンアスパラ、コーン、人参、ベーコン、油、洋風だしの素、塩 豆腐、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、煮干し、みそ	牛乳 クッキー	
17	土	牛乳・乾パン				牛乳・おかき	
19	月	牛乳 クラッカー	ご飯	チキンカツ じゃが芋ときのこのソテー 小松菜と豆腐ちくわのすまし汁	鶏肉、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、ケチャップ、中濃ソース じゃが芋、ベーコン、しめじ、油、塩、こしょう、お好み焼きソース 大根、豆腐ちくわ、人参、小松菜、かつお節、しょうゆ、塩	お茶 おからかりんとう	
20	火	牛乳 ビスコ	ご飯	五目焼きそば チンゲン菜のスープ フルーツ	焼きそばめん、玉ねぎ、キャベツ、豚肉、もやし、人参、ピーマン、油、お好みソース、青のり、かつお節 チンゲン菜、豆腐、玉ねぎ、人参、中華だしの素、しょうゆ、塩 フルーツ	牛乳 バナナ	バナナ
21	水	牛乳 かみかみ昆布	ご飯	鶏のさっぱり煮 おからサラダ 豆腐と鮭のすまし汁	鶏肉、玉ねぎ、人参、砂糖、しょうゆ、塩、酢、しょうが おから、豆乳、人参、キャベツ、ハム、マヨネーズ、塩、こしょう 豆腐、わかめ、焼き鮓、ねぎ、かつお節、昆布、しょうゆ、塩	牛乳 ★ミルキー ポップコーン	ポップコーン、油、バター、練乳、はちみつ
22	木	牛乳 ポーロ	ご飯	豆腐ナゲット おかか和え 豚汁	豆腐、鶏肉、人参、玉ねぎ、パン粉、塩、片栗粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ほうれん草、人参、ちくわ、かつお節、砂糖、しょうゆ 豚肉、大根、人参、ごぼう、ねぎ、ごま油、煮干し、みそ	牛乳 ★クラッカー サンド	クラッカー、ブルーベリー ジャム、イチゴジャム
23	金	牛乳 塩せんべい	ご飯	鶏肉の照り焼き 切干大根のサラダ キャベツのクリーム煮	鶏肉、砂糖、しょうゆ、みりん、しょうが、油、片栗粉 切干大根、人参、わかめ、きゅうり、かに風味かまぼこ、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、ごま キャベツ、人参、玉ねぎ、ハム、じゃが芋、グリーンピース、油、牛乳、洋風だしの素、片栗粉、塩、こしょう	牛乳 クッキー	
24	土	牛乳・あられ				牛乳・せんべい	
26	月	牛乳 おかき	ご飯	鶏肉のチーズ焼き ポテトサラダ もやしのみそスープ	鶏肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、三温糖、チーズ、パセリ粉 じゃがいも、きゅうり、人参、ハム、マヨネーズ、塩 人参、玉ねぎ、えのきだけ、もやし、にんにく、みそ、中華だしの素、ねぎ、ごま、ごま油	牛乳 ★変わり ミックスサンド	食パン、バター、砂糖、ごま、きなこ
27	火	牛乳 おこし	ご飯	鮭の塩焼き 春雨サラダ 豆腐となめこのみそ汁	鮭、塩 はるさめ、もやし、きゅうり、人参、ハム、コーン、マヨネーズ、塩、パセリ 豆腐、人参、なめこ、ほうれん草、ねぎ、煮干し、みそ	牛乳・ビスコ	
28	水	牛乳 乾パン	ご飯	豆腐のまごころ揚げ 青菜のごま和え ボトフ	豆腐、えび、豚肉、人参、玉ねぎ、しらす干し、卵、塩、片栗粉、油 小松菜、もやし、人参、ごま、砂糖、しょうゆ ウインナー、じゃがいも、玉ねぎ、キャベツ、人参、洋風だしの素、塩	牛乳 ★ココアケーキ	ホットケーキミックス、ココア、バター、砂糖、卵、牛乳、きな粉
29	木	牛乳 ポップコーン	ご飯	鶏肉のカレー焼き 切干大根の煮付け コーンと卵のスープ	鶏肉、塩、にんにく、しょうゆ、砂糖、カレー粉 切干大根、人参、油揚げ、油、砂糖、しょうゆ、みりん、ねぎ スナックえんどう、コーン、人参、卵、洋風だしの素、しょうゆ、こしょう	お茶 ★芋団子	じゃがいも、白玉粉、砂糖、きな粉
30	金	牛乳 かみかみ昆布	ご飯	鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツのみそドレッシング 豆乳スープ	鮭、塩、こしょう、小麦粉、油、バター、マヨネーズ、クリームコーン缶、粉チーズ キャベツ、もやし、小松菜、人参、油、みそ、酢、砂糖 白菜、しめじ、ベーコン、油、豆乳、洋風だしの素、片栗粉	牛乳 クッキー	
31	土	牛乳・ビスケット				牛乳・塩せんべい	

お誕生会メニューのため
白ごはんはいりません

※おやつ★印は、手作りおやつです

※都合により献立が変更になることがあります



新年度のスタートから早くも1カ月がたちました。子どもたちも新しい生活に慣れてきたようで、毎日元気いっぱいです。

子どもは汗をたくさんかき、知らぬ間に水分不足になってしまうことがあります。水分不足は熱中症につながりますので、こまめに水分補給を取る習慣がつくように、ご家庭でもお話してくださいね。



＊今月のおすすめメニュー＊



うどんかりんとう（5月7日（水）のメニュー）

材料（子ども2人分）

- | | | | |
|----------|---|---------|-------|
| ・うどん…60g | A | ・酢…2g | ・水…5g |
| ・小麦粉…5g | | ・砂糖…5g | |
| ・油…適量 | B | ・きなこ…3g | |
| | | ・塩…少々 | |

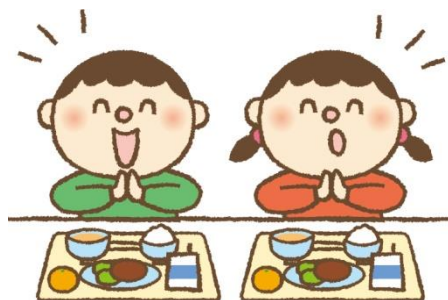
子ども達もだいすきなおやつメニューです。簡単なので、ぜひ一緒に作ってみてください

作り方

- ① うどんを5cm程度の長さに切る
- ② 小麦粉をまぶして油で揚げる
- ③ Aにくぐらせ、Bをまぶしてできあがり♪

★たけのこ掘りにいきました★

はとぐみさんがたけのこ掘りに行ってきました。
たけのこごはん、たけのこのすまし汁のクッキングをします！



★5月の努力目標★
いただきます
ごちそうさまの
あいさつをしましょう



「いただきます」は、ただ「食べます」という意味ではなく、様々な動物・植物の「命をいただきます」という意味も込められています。

「ごちそうさま」は、食材を育てる人、収穫・運搬をする人、調理・盛り付けをする人などたくさんの人が関わっています。そんな人々の働きに感謝して食事のあいさつをしましょう。