

令和6年
(2024年)

5月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内ではたらき			エネルギー	
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの		
				赤の食品	緑の食品	黄の食品		Kcal
1	水	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き 里芋味噌だれ すまし汁	はちやぐみ棒	鶏肉	人参 いんげん しょうが ねぎ	米 里芋 サラダ油 グラニュー糖	297	Kcal
2	木	ご飯 赤魚の照り煮 じゃが芋のきんぴら みそ汁	バナナ	赤魚 豚肉 牛肉	人参 ごま ねぎ	米 じゃが芋 グラニュー糖 ごま油	348	Kcal
7	火	肉みそスパゲッティ ポテトサラダ みそ汁	せんべい	豚肉 ハム	玉葱 人参 胡瓜	麺 じゃが芋 オリーブ油 サラダ油 グラニュー糖 片栗粉 マヨネーズ	361	Kcal
8	水	ご飯 豚肉の醤油煮 ほうれん草とハムのソテー すまし汁	オレンジ	豚肉 ハム 卵	大根 人参 いんげん ほうれん草 玉葱 コーン	米 グラニュー糖 サラダ油	412	Kcal
9	木	ご飯 カレーライス キャベツとチーズのサラダ 中華汁	プリン	豚肉 チーズ 豆腐	玉葱 人参 キャベツ 椎茸 ねぎ	米 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ	496	Kcal
10	金	ご飯 鶏肉のユリチーソース 豆腐チャンプルー みそ汁	バナナ	鶏肉 豆腐	いんげん パプリカ キャベツ 人参 にら	米 サラダ油 オリーブ油	363	Kcal
11	土	ご飯 大葉味噌焼き じゃが芋金平 みそ汁	ちんすこう	赤魚 豚肉	人参 ピーマン ごま 大葉	米 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ 油 ごま油	337	Kcal
13	月	ご飯 豚肉の甘辛炒め 豆腐のかにあんかけ みそ汁	オレンジ	牛肉 豆腐 かにかま	玉葱 筍 ピーマン パプリカ ごま	米 片栗粉 サラダ油 グラニュー糖 ごま油	370	Kcal
14	火	焼きうどん お好み焼き風 みそ汁	ビスケット	豚肉 チーズ 鰹節	人参 キャベツ ピーマン もやし コーン 玉葱	麺 サラダ油	353	Kcal
15	水	ご飯 白身魚カレーマヨネーズ焼き そうめんちゃんぶるー す まし汁	バナナ	ホキ ツナ	椎茸 人参 にら パセリ	米 麺 小麦粉 マヨネーズ サラダ 油	320	Kcal
16	木	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め 南瓜の煮物 みそ汁	クラッカー	鶏肉	ねぎ 玉葱 ピーマン パプリカ 人 参 南瓜	米 サラダ油 グラニュー糖	370	Kcal
17	金	ご飯 チキンシチュー マーミナーチャンプルー コンソメ汁	オレンジ	鶏肉 ポーク	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー も やし にら わかめ コーン	米 じゃが芋 サラダ油	370	Kcal
20	月	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ゴーヤの卵とじ みそ汁	ぼたぼた焼き	豚肉 卵	パプリカ 人参 にら もやし ゴーヤ 玉葱	米 サラダ油 ごま油	356	Kcal
21	火	ご飯 鯖の味噌煮 チンゲン菜ソテー みそ汁	バナナ	鯖 コンビーフ	青梗菜 人参 しめじ しょうが	米 グラニュー糖 サラダ油	349	Kcal
22	水	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	青りんごゼリー	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜 しょうが パセリ	米 じゃが芋 マカロニ マヨネーズ サラダ油	471	Kcal
23	木	沖縄そば 三枚肉煮つけ 豆腐と野菜炒め	はちやぐみ棒	牛肉 豆腐	玉葱 青ねぎ 人参 にら しょうが	麺 サラダ油 グラニュー糖	352	Kcal
24	金	ご飯 鶏肉トマトソース煮 パパイヤチャンプルー すまし汁	オレンジ	鶏肉 ツナ	トマト 玉葱 ブロッコリー パパイヤ 椎茸 人参 にら	米 じゃが芋 小麦粉 サラダ油 グ ラニュー糖	351	Kcal
27	月	ご飯 バーベキューチキン ビーフソテー みそ汁	ちんすこう	鶏肉	玉葱 人参 椎茸 ピーマン	米 ビーフン サラダ油 グラニュー 糖 ごま油	321	Kcal
28	火	ご飯 鮭のムニエルきのこソース ジャーマンポテト みそ汁	バナナ	鮭 ベーコン	椎茸 しめじ えのき アスパラ パセ リ	米 じゃが芋 小麦粉 サラダ油 マーガリン 片栗粉	381	Kcal
29	水	ナポリタンスパゲッティ 青のりポテト コンソメ汁	はちやぐみ棒	ウインナー チーズ	玉葱 ピーマン パセリ	スパゲッティ コンソメ バター	358	Kcal
30	木	ご飯 回鍋肉 南瓜の煮物 みそ汁	オレンジ	豚肉	キャベツ 玉葱 ピーマン 人参 筍 南瓜	米 サラダ油 グラニュー糖	352	Kcal
31	金	ご飯 若鶏の唐揚げ がんもと大根の煮物 みそ汁	ビスケット	鶏肉 がんも	大根 人参 生姜 ねぎ	米 サラダ油 グラニュー糖 片栗粉 小麦粉	438	Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

令和6年
(2024年)

5 月 給 食 予 定 献 立 表

はーとらいふ保育園

日	曜	基 本 献 立 名	おやつ	卵アレルギー(エビアレルギー含む)	
1	水	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き 里芋味噌だれ すまし汁	はちやぐみ棒	同様	297 Kcal
2	木	ご飯 赤魚の照り煮 じゃが芋のきんぴら みそ汁	バナナ	同様	348 Kcal
7	火	肉みそスパゲッティ ポテトサラダ みそ汁	せんべい	サラダ→ハムなし、卵なしマヨネーズ使用	340 Kcal
8	水	ご飯 豚肉の醤油煮 ほうれん草とハムのソテー すまし汁	オレンジ	豚肉醤油煮→ゆで卵なし、ソテー→ハムなし	464 Kcal
9	木	ご飯 カレーライス キャベツとチーズのサラダ 中華汁	プリン	サラダ→卵なしマヨネーズ使用	489 Kcal
10	金	ご飯 鶏肉のユリチーソース 豆腐チャンプルー みそ汁	バナナ	同様	363 Kcal
11	土	ご飯 大葉味噌焼き じゃが芋金平 みそ汁	ちんすこう	同様	337 Kcal
13	月	ご飯 豚肉の甘辛炒め 豆腐のかにあんかけ みそ汁	オレンジ	あんかけ→野菜あんかけ	366 Kcal
14	火	焼きうどん お好み焼き風 みそ汁	ビスケット	同様	353 Kcal
15	水	ご飯 白身魚カレーマヨネーズ焼き そうめんちゃんぶるー すまし汁	バナナ	マヨネーズ焼き→卵なしマヨネーズ使用	316 Kcal
16	木	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め 南瓜の煮物 みそ汁	クラッカー	同様	370 Kcal
17	金	ご飯 チキンシチュー マーミナーチャンプルー コンソメ汁	オレンジ	同様	370 Kcal
20	月	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ゴーヤの卵とじ みそ汁	ぼたぼた焼き	ゴーヤ卵とじ→ゴーヤの炒め物	343 Kcal
21	火	ご飯 鯖の味噌煮 チンゲン菜ソテー みそ汁	バナナ	同様	349 Kcal
22	水	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	青りんごゼリー	サラダ→ジャーマンサラダ(卵なしマヨネーズ使用)	453 Kcal
23	木	沖縄そば 三枚肉煮つけ 豆腐と野菜炒め	はちやぐみ棒	同様	352 Kcal
24	金	ご飯 鶏肉トマトソース煮 パパイヤチャンプルー すまし汁	オレンジ	同様	351 Kcal
27	月	ご飯 バーベキューチキン ビーフンソテー みそ汁	ちんすこう	同様	321 Kcal
28	火	ご飯 鮭のムニエルきのこソース ジャーマンポテト みそ汁	バナナ	ジャーマンポテト→ベーコンなし	384 Kcal
29	水	ナポリタンスパゲッティ 青のりポテト コンソメ汁	はちやぐみ棒	同様	358 Kcal
30	木	ご飯 回鍋肉 南瓜の煮物 みそ汁	オレンジ	同様	352 Kcal
31	金	ご飯 若鶏の唐揚げ がんと大根の煮物 みそ汁	ビスケット	鶏肉の照焼き	346 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。

2024年

5 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

月		火		水		木		金		土	
				1日		2日		3日		4日	
				昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 白菜煮(白菜・昆布だし) 汁(人参・玉葱・昆布だし)		昼 おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		憲法記念日		みどりの日	
				おやつ はちやぐみ棒		おやつ バナナ					
6日		7日		8日		9日		10日		11日	
振替休日		昼 おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(人参・チンゲン菜)		昼 おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)		昼 おかゆ 鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・昆布だし)		昼 おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)		昼 おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	
		おやつ せんべい		おやつ オレンジ		おやつ プリン		おやつ バナナ		おやつ ちんすこう	
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)		昼 おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)		昼 おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)		昼 おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)		休み	
おやつ オレンジ		おやつ ビスケット		おやつ バナナ		おやつ クラッカー		おやつ オレンジ			
20日		21日		22日		23日		24日		25日	
昼 おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		昼 おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)		昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)		昼 おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		昼 おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)		休み	
おやつ ぼたぼた焼き		おやつ バナナ		おやつ 青りんごゼリー		おやつ はちやぐみ棒		おやつ オレンジ			
27日		28日		29日		30日		31日			
昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)		昼 おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)		昼 おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 白菜煮(白菜・昆布だし) 汁(人参・玉葱・昆布だし)		おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(玉葱・麩・昆布だし)		おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)			
おやつ ちんすこう		おやつ バナナ		おやつ はちやぐみ棒		おやつ オレンジ		おやつ ビスケット			

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。