

2025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く			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		
1	木	ご飯 赤魚の照り煮 ジャが芋のきんぴら みそ汁	バナナ	赤魚 豚肉 牛肉	人参 ごま ねぎ	米 ジャが芋 グラニュー糖 ごま油	348	Kcal
2	金	ご飯 肉みそ豆腐 野菜炒め 味噌汁	ぼたぼた焼き	豆腐 豚肉 ポーク	生姜 玉葱 長葱 ほうれん草 人参 ニラ もやし	米 グラニュー糖 サラダ油 サラダ油	419	Kcal
7	水	ご飯 サワラの照焼き ほうれん草とハムのソテー すまし汁	ちんすこう	鯖 ハム	ほうれん草 玉葱 コーン 生姜	米 グラニュー糖 サラダ油	315	Kcal
8	木	カレーライス キャベツとチーズのサラダ コンソメ汁	オレンジ	豚肉 チーズ 豆腐	玉葱 人参 キャベツ 椎茸 ねぎ	米 ジャが芋 サラダ油 マヨネーズ	447	Kcal
9	金	ご飯 鶏肉のユリチソース 豆腐チャンプルー みそ汁	せんべい	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	346	Kcal
10	土	ご飯 焼肉 ブロッコリーのマヨ和え みそ汁	ビスケット	豚肉	玉葱 人参 いんげん ブロッコリー コーン 生姜	米 サラダ油 ごま油 マヨネーズ	391	Kcal
12	月	ご飯 豚肉の甘辛炒め 豆腐のかにあんかけ みそ汁	クラッカー	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	402	Kcal
13	火	焼きうどん お好み焼き風 みそ汁	バナナ	豚肉 チーズ	人参 キャベツ ピーマン もやし コーン 玉葱	麺 サラダ油	352	Kcal
14	水	ご飯 白身魚カレーマヨネーズ焼き そうめんチャンプルー すまし汁	はちやぐみ棒	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	311	Kcal
15	木	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め 南瓜の煮物 みそ汁	オレンジ	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	312	Kcal
16	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	ぼたぼた焼き	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 ジャが芋 サラダ油	370	Kcal
19	月	ご飯 豚肉の塩だれ炒め ゴーヤの卵とじ みそ汁	ちんすこう	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	373	Kcal
20	火	ご飯 白身魚の焼き南蛮漬け チンゲン菜ソテー みそ汁	バナナ	メルルーサ 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	306	Kcal
21	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 ジャが芋 マカロニ マヨネーズ サラダ油	471	Kcal
22	木	沖縄そば 三枚肉煮つけ 豆腐と野菜炒め	せんべい	豚肉 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	344	Kcal
23	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 ジャが芋 小麦粉 サラダ油 グラニュー糖	351	Kcal
26	月	ご飯 バーベキューチキン ビーフソテー みそ汁	ビスケット	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	318	Kcal
27	火	ご飯 魚の天ぷら 五目金平 みそ汁	バナナ	ホキ 豚肉	ゴボウ 人参 こんにゃく いんげん	米 小麦粉 サラダ油 ごま油 グラニュー糖	336	Kcal
28	水	ナポリタンスパゲッティ 青のりポテト コンソメ汁	クラッカー	ポークソーセージ チーズ	玉葱 ピーマン パセリ コーン	スパゲッティ ジャが芋 バター	387	Kcal
29	木	ご飯 ホイコーロー 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 竹の子 南瓜	米 サラダ油 グラニュー糖	352	Kcal
30	金	ご飯 若鶏の唐揚げ がんもと大根の煮物 みそ汁	はちやぐみ棒	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	395	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。

2025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	
						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)		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)		憲法記念日
						おやつ	バナナ	おやつ	ぼたぼた焼き		
5日		6日		7日		8日		9日		10日	
	みどりの日		振替休日	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	ちんすこう	おやつ	オレンジ	おやつ	せんべい	おやつ	ビスケット
12日		13日		14日		15日		16日		17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	クラッカー	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	ぼたぼた焼き		
19日		20日		21日		22日		23日		24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	ちんすこう	おやつ	バナナ	おやつ	青りんごゼリー	おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ		
26日		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)		休み
おやつ	ビスケット	おやつ	バナナ	おやつ	クラッカー		オレンジ		はちやぐみ棒		

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。