

## 5月の予定献立表（未満児）

日 / 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄養価	日 / 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄養価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの
1 （ 金 ）	たけのこごはん さけのマヨカツ 切干大根のサラダ 白菜のすまし汁	米	牛乳、豆乳、さけ、 ベーコン、油揚げ	ほくさい、にんじん、 たけのこ、きゅうり、 えのきだけ、しいたけ、 だいこん	牛乳 つなっこ 牛乳 こいのぼりハンケーキ	19 （ 火 ）	コッパン ミートオムレツ フロccoliの玉ねぎドレッシング オクラスープ	パン	牛乳、卵、豚肉、 豆乳、ちくわ	たまねぎ、フロccoli、 にんじん、オクラ、 ねぎ、わかめ	牛乳 きなごせんべい 牛乳 たいやき	エネルギー 426 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 15.8 g 食 塩 1.5 g
2 （ 土 ）	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋 えのきのみそ汁	米、じゃがいも、 焼ふ	牛乳、豚肉、 チーズ	キャベツ、たまねぎ、 ピーマン、えのきだけ、 いんげん、オレンジ、 あおのり	牛乳 味しらべ 牛乳 オレンジ チーズ	20 （ 水 ）	ごはん 鶏肉のみそ焼き 野菜のトマト煮 凍り豆腐のみそ汁	米、パン	牛乳、鶏肉、 凍り豆腐	もやし、トマト、たまねぎ、 かぼちゃ、なす、ピーマン、 えのきだけ、にんじん	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 フレンチトースト	エネルギー 491 たんぱく質 20.2 脂 質 18.4 食 塩 1.4
4 （ 月 ）	みどりの日					21 （ 木 ）	ごはん さわらのカレー揚げ こまつなとベーコンのサラダ キャベツのみそ汁	米、コーンフレーク	牛乳、さわら、 ベーコン、油揚げ	こまつな、キャベツ、 もやし、にんじん、 ピーマン、バナナ	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 バナナコーンフレーク	エネルギー 487 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 18.0 g 食 塩 1.5 g
5 （ 火 ）	こどもの日					22 （ 金 ）	ごはん 豚肉と野菜のカレー炒め マカロニサラダ チンゲンサイのみそ汁	米、マカロニ	牛乳、豚肉、ハム、 油揚げ	かぼちゃ、たまねぎ、 にんじん、チンゲンサイ、 キャベツ、ピーマン、 きゅうり	牛乳 つなっこ 牛乳 大学かぼちゃ	エネルギー 447 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 17.7 g 食 塩 1.5 g
6 （ 水 ）	振替休日					23 （ 土 ）	ごはん 肉じゃが キャベツとほうれん草の塩和え 豆腐のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豚肉	キャベツ、たまねぎ、 ほうれん草、にんじん、 ねぎ、グリーンピース、わかめ	牛乳 味しらべ 牛乳 ビスケット	エネルギー 448 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 14.9 g 食 塩 1.4 g
7 （ 木 ）	ごはん ツナの炒り豆腐 かぼちゃの甘煮 切干大根のみそ汁	米、パン	牛乳、豆腐、ツナ、 きな粉	かぼちゃ、たまねぎ、 にんじん、だいこん、 さやえんどう、ひじき、 しいたけ、わかめ	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 きなこトースト	25 （ 月 ）	食パン 肉団子のトマト煮込み 切干大根のソテー 玉ねぎとセロリのスープ	パン	牛乳、豚肉、鶏肉	たまねぎ、えのきだけ、 にんじん、しめじ、 だいこん、トマト、小松菜、 グリーンピース、セロリ、 オレンジ	牛乳 おさつでほん 牛乳 オレンジ クラッカー	エネルギー 400 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 16.5 g 食 塩 1.3 g
8 （ 金 ）	ごはん 松風焼き ひじきの煮物 キャベツのみそ汁	米、さつまいも	牛乳、鶏肉、豆腐、 油揚げ、 凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 さやえんどう、ひじき、 あおのり	牛乳 つなっこ 牛乳 スイートポテト	26 （ 火 ）	ごはん 豆腐と青菜のチャンプルー バイクドポテト もやしのみそ汁	米、じゃがいも、 マカロニ	牛乳、豆腐、卵、 豚肉	チンゲンサイ、たまねぎ、 もやし、にんじん、トマト、 わかめ、あおのり	牛乳 きなごせんべい 牛乳 マカロニのトマト煮	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 17.9 g 食 塩 1.7 g
9 （ 土 ）	ごはん 煮込みハンバーグ フロccoliの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豚肉、鶏肉	フロccoli、たまねぎ、 にんじん、トマト、 ねぎ、わかめ	牛乳 味しらべ 牛乳 源氏パイ	27 （ 水 ）	ごはん 筑前煮 こまつなとベーコンのソテー なめこみそ汁	米、こんにゃく、 コーンフレーク	牛乳、鶏肉、豆腐、 ベーコン	こまつな、たけのこ、 にんじん、なめこ、ごぼう、 たまねぎ、ねんこん、ねぎ、 いんげん	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 フレークスナック	エネルギー 461 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 15.1 g 食 塩 1.5 g
11 （ 月 ）	ごはん あじの醤油焼き 野菜炒め にらのみそ汁	米、パン	牛乳、豆腐、あじ、 小豆、ベーコン	もやし、キャベツ、 にんじん、ピーマン、 にら、わかめ	牛乳 おさつでほん 牛乳 小倉サンド	28 （ 木 ）	ごはん さけのコーンポテト焼き ほうれん草とえのき茸のお浸し 五目みそ汁	米、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、さけ、油揚げ	ほうれん草、ほくさい、 だいこん、コーン、 えのきだけ、にんじん	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 フライドポテト	エネルギー 425 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 13.7 g 食 塩 1.1 g
12 （ 火 ）	食パン 鶏肉のカレー焼き ほうれん草のツナ酢和え ポトフ	パン、 さつまいも、 じゃがいも	牛乳、鶏肉、ツナ	ほうれん草、たまねぎ、 キャベツ、にんじん	牛乳 きなごせんべい 牛乳 おにまんじゅう	29 （ 金 ）	カレーライス きゅうりの酢の物 チーズ 野菜スープ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、 チーズ、油揚げ	たまねぎ、きゅうり、ねぎ、 にんじん、キャベツ、わか め、 グリーンピース、みかん	牛乳 つなっこ 牛乳 パウムクーヘン	エネルギー 466 kcal たんぱく質 15.2 g 脂 質 18.7 g 食 塩 1.6 g
13 （ 水 ）	ごはん さばの塩焼き ひじきとキャベツのサラダ だいこんのみそ汁	米	牛乳、さば、 ハム、油揚げ	だいこん、たまねぎ、 キャベツ、コーン、 にんじん、ひじき、バナナ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 バナナ	30 （ 土 ）	ミートスバグティ 小松菜のマヨあえ キャベツのスープ	スバグティ	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	たまねぎ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 もやし、トマト	牛乳 味しらべ 牛乳 リッツサンド	エネルギー 501 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 18.5 g 食 塩 1.8 g
14 （ 木 ）	ごはん 豚肉の香味炒め かぼちゃサラダ なすのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、ハム、 油揚げ	かぼちゃ、たまねぎ、 きゅうり、なす、にんじん、 ねぎ、あおのり	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 芋もち							
15 （ 金 ）	ごはん 厚揚げのケチャップ煮 フロccoliのおかか和え じゃが芋のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、生揚げ、 豆腐、豚肉	たまねぎ、にんじん、 フロccoli、コーン、 チンゲンサイ	牛乳 つなっこ 牛乳 豆腐ドーナツ							
16 （ 土 ）	焼きうどん ほうれん草のおかか和え 野菜スープ バナナ	うどん	牛乳、豚肉	ほうれん草、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、 しいたけ、にら、バナナ	牛乳 味しらべ 牛乳 肉まん							
18 （ 月 ）	ごはん かじきのさっぱり甘酢ソース 昆布の煮物 白菜のみそ汁	米、スバグティ	牛乳、かじき、 油揚げ、鶏肉	たまねぎ、ほくさい、 にんじん、ほうれん草、 えのきだけ、こんぶ、 いんげん	牛乳 おさつでほん 牛乳 和風スバグティ							

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。  
変更があった際は追って連絡いたします。  
5月1日（金）は誕生会メニューです。



**KAEDE HOIKUEN**  
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.  
CRESCENDREAMS



5月の予定献立表(以上児)



日 曜	献立名	材料名屋食・3時おやつ			栄養価	日 曜	献立名	材料名屋食・3時おやつ			栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	
1 (金)	たけのごはん さげのマヨカツ 切干大根のサラダ 白菜のずまし汁	米	牛乳、豆乳、さげ、 ベーコン、油揚げ	はくさい、にんじん、 たけのこ、きゅうり、 えのきたけ、しいたけ、 だいこん	エネルギー 555 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 18.2 g 食塩 2.1 g	19 (火)	コッペパン ミートオムレツ ブロッコリーの玉ねぎドレッシング オクラスープ	パン	牛乳、卵、豚肉、 豆乳、ちくわ	たまねぎ、ブロッコリー、 にんじん、オクラ、 ねぎ、わかめ	エネルギー 451 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 15.7 g 食塩 1.7 g
2 (土)	ごはん 豚肉とキャベツのみそめ 粉ふき芋 えのきのみそ汁	米、じゃがいも、 焼き芋	牛乳、豚肉、 チーズ	キャベツ、たまねぎ、 ピーマン、えのきたけ、 にんじん、オレングラ、 あおのり	エネルギー 437 kcal たんぱく質 20.0 g 脂質 13.6 g 食塩 1.5 g	20 (水)	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 野菜のトマト煮 凍り豆腐のみそ汁	米、パン	牛乳、鶏肉、 凍り豆腐	もやし、トマト、たまねぎ、 かぼちゃ、なす、ピーマン、 えのきたけ、にんじん	エネルギー 542 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 19.1 g 食塩 1.7 g
4 (月)	みどりの日					21 (木)	ごはん さわらのカレー揚げ こまつなとベーコンのサラダ キャベツのみそ汁	米、コーンフレーク	牛乳、さわら、 ベーコン、油揚げ	こまつな、キャベツ、 もやし、にんじん、 ピーマン、バナナ	エネルギー 539 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 18.7 g 食塩 1.8 g
5 (火)	こどもの日					22 (金)	ごはん 豚肉と野菜のカレー炒め マカロニサラダ チンゲンサイのみそ汁	米、マカロニ	牛乳、豚肉、ハム、油 揚げ	かぼちゃ、たまねぎ、 にんじん、チンゲンサイ、 キャベツ、ピーマン、 きゅうり	エネルギー 497 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 17.5 g 食塩 1.7 g
6 (水)	振替休日					23 (土)	ごはん 肉じゃが キャベツとほうれん草のごま和え 豆腐みそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豚肉	キャベツ、たまねぎ、 ほうれん草、にんじん、 ねぎ、クリンピース、わかめ	エネルギー 502 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 14.6 g 食塩 1.6 g
7 (木)	ごはん ツナの炒り豆腐 かぼちゃの甘煮 切干大根のみそ汁	米、パン	牛乳、豆腐、ツナ、 きな粉	かぼちゃ、たまねぎ、 にんじん、だいこん、 さやえんどう、ひじき、 しいたけ、わかめ	エネルギー 499 kcal たんぱく質 18.1 g 脂質 14.3 g 食塩 2.0 g	25 (月)	食パン 肉団子のトマト煮込み 切干大根のソテー 玉ねぎとセロリのスープ	パン	牛乳、豚肉、鶏肉	たまねぎ、えのきたけ、 にんじん、しめじ、 だいこん、トマト、小松菜、 クリンピース、セロリ、 オレングラ	エネルギー 461 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 17.7 g 食塩 1.5 g
8 (金)	ごはん 松風焼き ひじきの煮物 キャベツのみそ汁	米、さつまいも	牛乳、鶏肉、豆腐、 豆乳、油揚げ、 凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 さやえんどう、ひじき、 あおのり	エネルギー 506 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 15.8 g 食塩 1.5 g	26 (火)	ごはん 豆腐と青菜のチャンプルー バイクドポテト もやしのみそ汁	米、じゃがいも、 マカロニ	牛乳、豆腐、卵、 豚肉	チンゲンサイ、たまねぎ、 もやし、にんじん、トマト、 わかめ、あおのり	エネルギー 523 kcal たんぱく質 24.0 g 脂質 18.0 g 食塩 2.0 g
9 (土)	ごはん 煮込みハンバーグ ブロッコリーの和え物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豚肉、鶏肉	ブロッコリー、たまねぎ、 にんじん、トマト、 ねぎ、わかめ	エネルギー 489 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 16.0 g 食塩 1.5 g	27 (水)	ごはん 筑前煮 こまつなとベーコンのソテー なめこみそ汁	米、こんにゃく、 コーンフレーク	牛乳、鶏肉、豆腐、 ベーコン	こまつな、たけのこ、ねぎ、 にんじん、なめこ、ごぼう、 たまねぎ、れんこん、いんげん	エネルギー 500 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 13.6 g 食塩 1.8 g
11 (月)	ごはん あじの醤油焼焼き 野菜炒め にらのみそ汁	米、パン	牛乳、豆腐、あじ、 小豆、ベーコン	もやし、キャベツ、 にんじん、ピーマン、 にら、わかめ	エネルギー 474 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 15.6 g 食塩 1.7 g	28 (木)	ごはん さげのコーンポテト焼き ほうれん草とえのき茸のお浸し 五目みそ汁	米、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、さげ、油揚げ	ほうれん草、はくさい、 だいこん、コーン、 えのきたけ、にんじん	エネルギー 456 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 13.0 g 食塩 2.0 g
12 (火)	食パン 鶏肉のカレー焼き ほうれん草のツナ酢和え ポトフ	パン、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、鶏肉、ツナ	ほうれん草、たまねぎ、 キャベツ、にんじん	エネルギー 486 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 13.5 g 食塩 1.8 g	29 (金)	カレーライス きゅうりの酢の物 チーズ 野菜スープ	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、 チーズ、油揚げ	たまねぎ、きゅうり、ねぎ、 にんじん、キャベツ、わかめ、 クリンピース、みかん	エネルギー 550 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 20.8 g 食塩 1.3 g
13 (水)	ごはん さばの塩焼き ひじきとキャベツのサラダ だいこんのみそ汁	米	牛乳、さば、ハム、 油揚げ	だいこん、たまねぎ、 キャベツ、コーン、 にんじん、ひじき、 バナナ	エネルギー 486 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 17.9 g 食塩 1.4 g	30 (土)	ミートスバグティ 小松菜のごまマヨあえ キャベツのスープ	スバグティ	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	たまねぎ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 もやし、トマト	エネルギー 559 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 19.7 g 食塩 1.3 g
14 (木)	ごはん 豚肉の香味炒め かぼちゃサラダ なすのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、ハム、 油揚げ	かぼちゃ、たまねぎ、 きゅうり、なす、にんじん、 ねぎ、あおのり	エネルギー 526 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 20.5 g 食塩 1.5 g						
15 (金)	ごはん 摩摺揚げケチャップ煮 ブロッコリーのおかか和え じゃが芋のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、生揚げ、 豆腐、豚肉	たまねぎ、にんじん、 ブロッコリー、コーン、 チンゲンサイ	エネルギー 544 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 21.1 g 食塩 1.5 g						
16 (土)	焼きうどん ほうれん草のおかか和え 野菜スープ バナナ	うどん	牛乳、豚肉	ほうれん草、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、 しいたけ、にら、バナナ	エネルギー 393 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 16.1 g 食塩 1.4 g						
18 (月)	ごはん かじきのさっぱり甘酢ソース 昆布の煮物 白菜のみそ汁	米、スバグティ	牛乳、かじき、 油揚げ、鶏肉	たまねぎ、はくさい、 にんじん、ほうれん草、 えのきたけ、こんぶ、 いんげん	エネルギー 509 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 17.3 g 食塩 2.1 g						

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。変更があった際は追って連絡いたします。  
5月1日(金)は誕生会メニューです。



**KAEDE HOIKUEN**  
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.  
CRESCENDREAMS