

令和2年度5月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組の献立、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材料名	献立	材料名
1	金	りんごゼリー・ 麦茶	ごはん	鶏のからあげ・和風パスタサラダ・ いちご・若竹汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・油・パスタ・きゅうり・人参・ハム・ いちご・たけのこ・わかめ・おふ	ちまき・麦茶	ちまき・麦茶 ※わかめごはん
2	土	10時:せんべい、麦茶	お昼:調理パン、バナナ、果物ジュース			3時:オレンジゼリー、クラッカー、麦茶	
7	木	せんべい・麦茶	ごはん	豚肉のマーメイド焼き・ブロッコ リーの炒め物・チーズ・味噌汁	米・豚肉・マーメイドジャム・ブロッコリー・コーン・ハム・ カレー粉・チーズ・わかめ・おふ	バウムクーヘ ン・麦茶	バウムクーヘン・麦茶 ※米粉のパン
8	金	スティックきゅう り・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・野菜のごまあえ・ト マト・すまし汁	米・サバの味噌煮・もやし・人参・いんげん・すりごま・トマ ト・玉ねぎ・水菜・なると	ヨーグルト・塩せ んべい	ヨーグルト・せんべい ※せんべい→やさしいハイハイ せん
9	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:きつねうどん、ブロッコリーのおかかあえ、りんごジュース			3時:バナナ、せんべい、麦茶	
11	月	ゆでじゃが・麦 茶	ごはん	ミートローフ・いんげんのごまあえ・ オレンジ・味噌汁	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・ミックスベジタブル・チーズ・卵・パ ン粉・ケチャップ・いんげん・人参・すりごま・オレンジ・豆 腐・なめこ	豆乳ドーナツ・ 牛乳	豆乳ドーナツ・牛乳 ※食パン
12	火	バナナ・牛乳	食パン (いちご)	はんぺんフライ・春雨サラダ・チー ズ・コンソメスープ	食パン・いちごジャム・はんぺんフライ・油・ソース・春雨・ きゅうり・人参・ハム・チーズ・キャベツ・玉ねぎ	しらすおにぎり・ 麦茶	米・しらす・麦茶・(梅干し)
13	水	卵ボーロ・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・肉じゃが煮・中華 きゅうり・すまし汁	米・鮭の西京漬け・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・いん げん・しらたき・きゅうり・ほうれんそう・おふ	肉まん・牛乳	肉まん・牛乳
14	木	クラッカー・麦 茶	カレー ライス	🍴 コールスローサラダ 福神漬け 野菜ジュース	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ・キャベツ・ きゅうり・人参・りんご・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福 神漬け・野菜ジュース	レーズン蒸しパ ン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・レーズ ン・牛乳
15	金	ヨーグルト・麦 茶	きつね うどん	若鶏のしょうゆ香り揚げ・オレンジ ジュース	うどん・豚肉・ほうれんそう・人参・長ねぎ・椎茸・油揚げ・ 若鶏のしょうゆ香り揚げ・オレンジジュース	バナナケーキ・ 牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・パ ナナ・卵・バター・牛乳
16	土	10時:せんべい、麦茶	お昼:ラーメン、中華きゅうり、オレンジジュース			3時:バナナ、クラッカー、麦茶	
18	月	ふかしいも・麦 茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・春雨サラダ・煮 卵・わかめスープ	米・豚肉・生姜・春雨・きゅうり・人参・ハム・うずらの卵・わ かめ・長ねぎ	プリン・えびせん べい	プリン・せんべい ※ヨーグルト・ひじきせんべい
19	火	コーンフレー ク・牛乳	ロールパン	ハムカツ・マカロニサラダ・トマト・ コーンスープ	ロールパン・ハムカツ・油・ソース・マカロニ・人参・きゅう り・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・コーン・玉ねぎ・ 牛乳・シチューミックス	さくらおにぎり・ 麦茶	米・醤油・酒・塩・麦茶・(梅干し)
20	水	ヨーグルト・麦 茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・ひじき煮・ス ティックきゅうり・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・ひじき・豚肉・人参・油揚げ・ちくわ・ きゅうり・浅漬けのもと・玉ねぎ・ニラ	たこ焼き・麦茶	たこ焼き・ソース・マヨネーズ・ 青のり・麦茶 ※ベイクドポテト
21	木	チーズ・麦茶	ハヤシ ライス	🍴 ツナのあえもの りんごジュース	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・ もやし・きゅうり・人参・ツナ・りんごジュース	ケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳 ※グレーゼリー、ハイハイせ ん、麦茶
誕生会							
22	金	ビスケット・麦 茶	ごはん	鶏の照り焼き・野菜のごまあえ・り んご・豆腐のスープ	米・鶏肉・にんにく・生姜・もやし・いんげん・人参・すりご ま・りんご・豆腐・玉ねぎ・小松菜	付け合わせパ ン・牛乳	食パン・メープルシロップ・牛乳 ※メープルなし
23	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:焼きそば、ほうれんそうの磯あえ、野菜ジュース			3時:オレンジゼリー、せんべい、麦茶	
25	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	春巻き・中華ナムル・バナナ・キャ ベツとハムのスープ	米・春巻き・油・もやし・ほうれんそう・きゅうり・人参・ハム・ バナナ・キャベツ・ハム	桃まんじゅう・牛 乳	桃まんじゅう・牛乳 ※米粉のパン
26	火	りんご・牛乳	クワッサ ン	タンドリーチキン・和風パスタサラ ダ・チーズ・ミネストローネスープ	クワッサン・鶏肉・ヨーグルト・にんにく・カレー粉・パ スタ・きゅうり・人参・ハム・チーズ・キャベツ・玉ねぎ・じゃが いも・セロリ・ハム・カットトマト缶	わかめおにぎ り・麦茶	米・わかめごはんのもと・麦茶・ (梅干し)
27	水	せんべい・麦茶	ラーメン	餃子・りんごジュース	中華めん・豚肉・キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参・コーン・ 餃子・りんごジュース	クラッカーサン ド・牛乳	クラッカー・クリームチーズ・ブ ルーベリージャム・牛乳 ※クリームチーズサンド
28	木	グレーゼリ ー・麦茶	ごはん	鮭の味噌バター焼き・厚揚げの煮 物・スティックきゅうり・もやしのス ープ	米・鮭の味噌バター漬け・厚揚げ・玉ねぎ・人参・なると・ きゅうり・浅漬けのもと・もやし・ニラ	ホットドック・牛 乳	ロールパン・ウインナー・ケ チャップ・牛乳
29	金	クラッカー・麦 茶	カレー ライス	🍴 チーズサラダ 福神漬け オレンジジュース	米・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ・キャベツ・ きゅうり・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬 け・オレンジジュース	付け合わせパ ン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし
30	土	10時:せんべい、麦茶	お昼:たぬきうどん、ブロッコリーのおかかあえ、りんごジュース			3時:グレーゼリー、ビスケット、麦茶	

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



5月平均栄養価

3歳未満児

エネルギー 556kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.5g  
カルシウム 210mg 食塩 2.1g

3歳以上児

エネルギー 579kcal たんぱく質 18.5g 脂質 19.0g  
カルシウム 220mg 食塩 2.2g