



令和6年5月分献立表



大府市公私立保育園
令和6年3月26日

日 曜	献立名	使 用 材 料 名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	調味料・その他			たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの				
1 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ みかん缶	スパゲティ、ノンエッグマヨ ネーズドレッシング、サラダ 油、砂糖	豚挽	みかん缶、玉ねぎ、キャベ ツ、人参、ピーマン、きゅう り、コーンホール缶	トマトケチャップ、ソース、 コンソメスープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子（えびちび）	567.1(512.5) 19.6(17.3) 23.1(20.0) 2.1(1.7)
2 木 ○	ツナとわかめの混ぜごはん コンスープ 黄桃缶	米	ツナ	黄桃缶、人参、玉ねぎ、コー ンホール缶、白ごま、パセリ	コンソメスープの素、醤油、 みりん、わかめご飯の素、塩	牛乳 菓子（ふんわりソフ トせん）	牛乳 菓子（かぼちゃス ティック）	518.5(474.5) 15.4(14.1) 15.4(14.5) 2.0(1.8)
7 火 ○	ごはん はんぺんとひじきの煮物 豆腐と玉ねぎの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、はんぺん、味 噌、油揚げ、ひじき、わかめ	こんにゃく、人参、玉ねぎ、 白ごま	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（ハッピーター ン）	578.1(517.7) 25.7(22.3) 18.5(16.8) 2.6(2.1)
8 水 ○	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト（いちご）	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト（いちご）、豚 平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、 ピーマン、ねぎ、えのきだけ	ソース、中華スープの素、花 かつお、塩	牛乳 バナナ	野菜ジュース（白ぶ どう&ほうれん草） 菓子（さくっとあら れ）	394.7(452.1) 13.6(20.0) 6.8(9.5) 1.4(1.2)
9 木 ○	菜飯 華風かきたま汁 キャベツときゅうりのナムル	米、サラダ油、ごま油	豆腐、卵、若鶏、かまぼこ	キャベツ、人参、ねぎ、きゅ うり	醤油、削り節、だし昆布、菜 飯の素、中華スープの素、塩	牛乳 菓子（おこさません べい）	牛乳 ◆ラスク（薄切り食 パン、バター、グラ ニュー糖）	563.0(524.0) 25.9(22.9) 19.5(18.1) 2.3(2.0)
10 金 ○	ごはん 鮭のタルタルソース焼き キャベツとコーンの炒め物 豆腐とねぎの味噌汁	米、タルタルソース（ノン エッグ）、サラダ油	さけ、豆腐、味噌、わかめ	キャベツ、コーンホール缶、 ねぎ、パセリ	削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（あけびの実パ ウンドケーキ）（プレーン）	619.2(554.8) 29.2(25.2) 24.4(22.1) 1.9(1.6)
11 土	いなり寿司 フルーツゼリー（みかん）	いなり寿司		フルーツゼリー（みかん）		ヨーグルト		
13 月 ○	ごはん 三色青椒肉絲 中華スープ	米、サラダ油、ごま油、砂 糖、片栗粉	豚平、わかめ	赤ピーマン、人参、黄ピーマ ン、ピーマン、たけのこ、 ズッキーニ、えのきだけ、生 姜	醤油、酒、中華スープの素、 塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子（ミレービス ケット）	533.4(489.9) 21.0(18.5) 18.0(16.2) 1.2(1.0)
14 火 ○	たけのこごはん キャベツとツナの和え物 わかめとえのきの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	若鶏、ツナ、味噌、油揚げ、 わかめ	たけのこ、キャベツ、きゅう り、人参、ねぎ、えのきだ け、さやえんどう、白ごま	酢、薄口醤油、削り節、酒、 だし昆布、みりん、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆コーンマヨト ースト（薄切り食パン、ノン エッグマヨネーズドレッシ ング、ツナ、コーンホール 缶）	610.7(564.8) 25.5(27.3) 24.7(21.5) 2.9(2.4)
15 水 ○	醤油ラーメン ズッキーニとパプリカのソテー	中華そば、砂糖、ごま油、オ リーブ油	ツナ、チキンハム、わかめ	ズッキーニ、キャベツ、赤 ピーマン、黄ピーマン、コー ンホール缶、ねぎ、にんにく	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆五平餅 （米、砂糖、赤味 噌、みりん、白ご ま）	513.5(452.6) 21.1(18.5) 13.4(12.3) 2.0(1.6)
16 木 ○	ごはん 卵のふわふわ焼き トマト 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、味噌、豚挽、油揚げ、わ かめ、ひじき	トマト、人参、玉ねぎ、ね ぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子（ふんわりソフ トせん）	牛乳 菓子（カルシウムせ ん）	578.9(512.4) 25.6(22.3) 17.0(15.2) 2.7(2.3)
17 金 ○	ごはん さけの塩焼き 切干大根と豚挽肉の味噌炒め煮 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、ごま油	さけ、豚挽、豆腐、味噌、わ かめ	人参、ねぎ、こまつな、切干 大根、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、 酒、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子（ほろほろ焼 き）	529.9(484.0) 32.0(29.5) 17.1(15.8) 1.7(1.4)
18 土	おにぎり（鮭・鮭） やさいゼリー	おにぎり（鮭・鮭）		やさいゼリー		ヨーグルト		
20 月 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、 ねぎ、えのきだけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（アスバラガス ビスケット）	565.2(506.6) 24.9(21.7) 18.3(16.5) 2.0(1.7)
21 火 ○	わかめごはん 肉じゃが 大根とわかめの味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂 糖	豚平、味噌、わかめ	玉ねぎ、大根、系こんにゃ く、人参、ねぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、わ かめご飯の素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ウイナー入パ ウンドケーキ（米粉パウダー（パ ウンド用）、サラダ 油、豆乳、ウイン ナー）	617.4(562.0) 25.8(27.2) 17.6(15.7) 3.3(2.7)
22 水 ○	きつねうどん こま和え	白玉うどん、砂糖	油揚げ、かまぼこ	人参、もやし、ほうれん草、 きゅうり、白ごま	醤油、みりん、削り節、だし 昆布、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 ◆豆腐のココア ケーキ（上新粉、片栗 粉、砂糖、サラダ油、 豆腐、ココア、ベーキ ングパウダー）	534.3(478.8) 23.0(19.9) 18.7(16.5) 3.0(2.4)
23 木 ○	ごはん 豆腐の小判揚げ こまだれサラダ 野菜ジュース（アップルキャロット）	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	豆腐、鶏挽、卵、ひじき	野菜ジュース（アップルキャ ロット）、人参、もやし、 きゅうり、キャベツ、ねぎ、 生姜、白ごま	醤油、酢、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（古代米せんべ い）（2枚）	677.2(613.3) 19.7(17.6) 22.0(19.9) 1.5(1.3)
24 金 ○	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め キャベツと玉ねぎのスープ	米、砂糖、サラダ油	若鶏、味噌	玉ねぎ、キャベツ、人参、赤 ピーマン、黄ピーマン、ピー マン、パセリ	トマトケチャップ、醤油、カ レー粉、酒、塩、コンソメ スープの素	牛乳 バナナ	牛乳 菓子（あけびの実 クッキー）（プレー ン）	570.4(540.4) 28.2(29.4) 16.9(15.9) 2.2(1.8)
25 土	いなり寿司 フルーツゼリー（ぶどう）	いなり寿司		フルーツゼリー（ぶどう）		ヨーグルト		
27 月 ○	なす味噌丼 中華和え 人参とわかめのすまし汁	米、砂糖、サラダ油、ごま油	豚挽、赤味噌、ツナ、わかめ	なす、きゅうり、玉ねぎ、も やし、人参、ねぎ、コーン ホール缶	醤油、削り節、酒、だし昆 布、酢、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（あげせんべ い）	603.8(544.0) 23.2(20.3) 23.4(21.6) 2.8(2.3)
28 火 ○	薄切り食パン いちごジャム ミネストローネスープ シーチキンサラダ	薄切り食パン、じゃが芋、い ちごジャム、砂糖、マカロニ （グルテンフリー）	ツナ、ウインナー	キャベツ、人参、玉ねぎ、 きゅうり、パセリ	りんご酢、コンソメスープの 素、塩	牛乳 菓子（おこさません べい）	◆ヨーグルト和え （ヨーグルト、砂 糖、黄桃缶、パナ ナ、みかん缶、パイ ン缶）	454.5(499.3) 14.9(16.9) 13.5(15.2) 1.9(1.9)
29 水 ○	カレーライス マカロニサラダ 野菜ジュース（紫の野菜）	米、じゃが芋、マカロニ（グ ルテンフリー）、ノンエッグ マヨネーズドレッシング、サ ラダ油	豚平、ツナ	野菜ジュース（紫の野菜）、 玉ねぎ、人参、きゅうり	カレールー、ソース、コンソ メスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 お米de国産りんご のタルト	719.5(672.3) 19.0(22.1) 29.0(25.8) 2.3(1.9)
30 木 ○	ミルクロール 白身魚のコーン揚げ 野菜サラダ 野菜スープ	ミルクロール、小麦粉、ノン エッグマヨネーズドレッシ ング、サラダ油	ホキ、卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、 コーンクリーム缶、きゅう り、パセリ	ソース、コンソメスープの 素、酒、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子（味しらべ）	561.7(534.9) 23.8(21.6) 23.7(21.2) 2.9(2.5)
31 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め なすと人参の味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ 油	さけ、味噌、しらす、わかめ	人参、なす、ピーマン、ね ぎ、うめ干し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、 酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子（おこめぼん 棒）	512.2(489.9) 20.4(23.0) 12.8(11.9) 2.9(2.4)

◆は手作りおやつです。
※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。