



令和7年5月分献立表



大府市公私立保育園
令和7年3月24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				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	調味料・その他			
1 木 ○	しらすコーンごはん キャベツと玉ねぎのスープ 黄桃缶	米	ウインナー、しらす	黄桃缶、キャベツ、玉ねぎ、コーンホール缶、人参、パセリ	コンソメスープの素、わかめごはんの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ほしたべよ)	487.9(455.2) 15.2(14.1) 9.3(9.1) 1.8(1.6)
2 金 ○	菜飯 豚汁 みかん缶	米、じゃが芋、サラダ油	豚平、赤味噌	みかん缶、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、ごぼう	菜飯の素	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(えびちび)	487.6(465.5) 16.0(19.5) 13.3(12.3) 1.8(1.5)
7 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ ヨーグルト(いちご)	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	ヨーグルト(いちご)、豚挽	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 オレンジ	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(さくっとあられ)	505.0(514.0) 14.6(15.8) 16.0(16.8) 1.9(1.6)
8 木 ○	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 ◆ふわふわきなこ(焼麩、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)	698.0(634.7) 21.0(23.5) 27.9(23.9) 2.3(1.9)
9 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め 大根と人参の味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	さけ、味噌、しらす、わかめ	人参、大根、ピーマン、うめ干し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、酒、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 菓子(あげびの実パウンドケーキ)(プレーン)	541.0(506.8) 20.9(18.9) 17.5(16.6) 2.8(2.4)
10 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		
12 月 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、生揚げ、豚平、味噌、わかめ	大根、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(ソフトサラダ)	523.4(471.7) 25.6(22.1) 13.0(12.0) 3.1(2.5)
13 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、えのきたけ、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 ◆揚げパン(バターロール、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)	613.5(588.2) 25.2(27.6) 19.9(18.6) 2.8(2.4)
14 水 ○	坦々麺 ハムとコーンのサラダ	中華そば、ノンエッグマヨネーズドレッシング、砂糖、サラダ油	豚挽、赤味噌、チキンハム、わかめ	人参、キャベツ、きゅうり、コーンホール缶、白ごま、生姜	醤油、酒、中華スープの素、酢、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉、白ごま)	608.4(528.5) 23.0(20.0) 23.1(20.0) 3.7(3.0)
15 木 ○	ごはん 豆腐の小判揚げ ごまだれサラダ 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 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 菓子(ひとくちしょうゆせん)	625.0(565.2) 18.7(16.6) 22.2(20.0) 1.5(1.4)
16 金 ○	クロロール さわらのパン粉焼き 野菜サラダ コーンスープ	クロロール、ノンエッグマヨネーズドレッシング、米粉(パン粉)、オリーブ油	さわら	人参、玉ねぎ、キャベツ、コーンホール缶、きゅうり、パセリ	コンソメスープの素、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(ミレービスケット)	596.0(581.4) 23.8(26.7) 33.2(29.2) 2.2(1.9)
17 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		
19 月	ビビンバ丼 中華わかめスープ オレンジ	米、砂糖、ごま油、サラダ油	豚挽、赤味噌、わかめ	オレンジ、もやし、人参、ほうれん草、ねぎ、えのきたけ、白ごま	中華スープの素、醤油、酢、酒、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(厚切りバームクーヘン)	579.3(538.0) 20.9(18.6) 19.8(18.0) 0.8(0.7)
20 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 オレンジ	牛乳 菓子(きらきら星のおせんべい)	546.8(527.5) 20.0(18.8) 22.8(20.9) 2.3(2.1)
21 水 ○	きつねうどん 中華和え フルーツゼリー(もも)	白玉うどん、砂糖、ごま油	油揚げ、かまぼこ、ツナ	フルーツゼリー(もも)、もやし、ほうれん草、人参、きゅうり、コーンホール缶	醤油、みりん、削り節、だし昆布、酢、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆トマトパンケーキ(米粉パウンド(パンケーキ用)、砂糖、サラダ油、トマトジュース)	581.3(545.7) 24.2(26.3) 18.7(16.6) 3.1(2.5)
22 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、豚挽、味噌、油揚げ、わかめ、ひじき	トマト、人参、玉ねぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	◆豆乳ヨーグルトのフルーツ和え(豆乳のヨーグルト、砂糖、黄桃缶、バナナ、みかん缶、バナナ缶)	456.9(462.4) 18.7(18.9) 9.5(11.5) 2.1(1.8)
23 金 ○	ごはん さけの塩焼き ごま和え 呉汁	米、砂糖、サラダ油	さけ、豚平、豆乳、大豆、味噌	人参、もやし、きゅうり、大根、玉ねぎ、ねぎ、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、塩、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あげびの実クッキー)(プレーン)	600.9(549.5) 32.4(29.9) 20.7(19.3) 2.0(1.5)
24 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		
26 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、玉ねぎ、もやし、きゅうり、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 みかん缶	牛乳 菓子(カルシウムせん)	555.9(500.3) 22.7(19.8) 17.2(15.3) 2.4(1.9)
27 火 ○	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、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆カリカリトースト(薄切り食パン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、オリーブ油)	571.5(533.4) 25.6(27.4) 22.2(19.5) 2.3(1.9)
28 水	チキンライス じゃが芋のスープ やさいゼリー	米、じゃが芋、サラダ油	若鶏、ウインナー	やさいゼリー、玉ねぎ、人参、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	アイスクリーム	440.1(471.9) 13.6(15.0) 7.7(10.4) 1.4(1.2)
29 木 ○	ロールパン 鶏肉とレバーのケチャップ和え 付け合せ 野菜スープ	ロールパン、片栗粉、サラダ油、砂糖	若鶏、豚レバー	玉ねぎ、キャベツ、人参、生姜、パセリ	トマトケチャップ、醤油、コンソメスープの素、ソース、カレー粉、酒、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 菓子(あげせんべい)	556.1(527.3) 26.1(23.2) 24.0(22.3) 3.1(2.8)
30 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 バナナ	牛乳 菓子(味しらべ)	588.9(554.3) 29.2(30.3) 19.5(17.3) 2.2(1.9)
31 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(みかん)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		

◆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。