



【令和7年度】

5月の献立 (1~15日)

【豊北きらきらこども園】



| 日 曜 | 献立名 | 材 料 名 | 10時のおやつ (海・風組) | 3時の手作りおやつ (全 員) | カロリー |
|------|----------------------|---|-------------------|------------------------------------|------|
| 1 木 | オムレツ ごま和え | 鶏ミンチ 人参 玉葱 じゃが芋 ピーマン 卵 油 ケチャップ 小松菜 キャベツ ごま 砂糖 しょうゆ | オレンジ クッキー | 豆腐ドーナツ (豆腐 小麦粉 砂糖 油) | 364 |
| 2 金 | ポークカレー 昆布和え | 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 グリンピース 油 カレールー キャベツ 胡瓜 塩昆布 | ウェハース | バウムクーヘン | 389 |
| 7 水 | じゃが芋のそぼろ煮 ししやも | じゃが芋 人参 玉葱 鶏ミンチ 干し椎茸 グリンピース 油 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ししやも | せんべい | ミルク餅 (片栗粉 牛乳 きな粉 砂糖) | 321 |
| 8 木 | 豆腐ハンバーグ 胡瓜とツナのサラダ | 鶏ミンチ 人参 玉葱 豆腐 ピーマン 卵 パン粉 油 ケチャップ 胡瓜 キャベツ 塩若布 ツナ缶 マヨネーズ | オレンジ クッキー | サイコロラスク (食パン バター 砂糖 牛乳) | 397 |
| 9 金 | 八宝菜 しそわかめ | 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 木耳 イカ 板かま もやし 筍 生揚げ ピーマン 鶏がらスープ しそわかめ | ソフトビス | 雪の宿 | 336 |
| 10 土 | スパゲティ ひじき入り卵焼き | スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン ケチャップ 油 干しひじき 卵 ごま 砂糖 | バナナ | りんごジュース クッキー | 341 |
| 12 月 | チキンフライ ミックスサラダ | 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 油 じゃが芋 人参 キャベツ マカロニ 玉葱 プレスハム 卵 マヨネーズ | りんご クッキー | 【非常食】 乾パン | 434 |
| 13 火 | 旨煮 酢物 | 鶏肉 じゃが芋 人参 生揚げ ごぼう こんにゃく 板かま 干し椎茸 グリンピース 砂糖 しょうゆ 胡瓜 もやし 油揚げ 酢 砂糖 | せんべい | ジャムサンド (食パン りんごジャム マーガリン) | 308 |
| 14 水 | 豚肉の生姜焼き 豆腐サラダ | 豚肉 生姜 砂糖 しょうゆ 豆腐 人参 胡瓜 りんご キャベツ 玉葱 マヨネーズ | スティックパン | 4種の野菜かりんとう | 402 |
| 15 木 | つみれ汁 スパゲティの和風サラダ | えそミンチ 玉葱 人参 卵 豆腐 片栗粉 油揚げ 葱 スパゲティ 胡瓜 れんこん 若布 レタス ミントマト 味噌 砂糖 酢 ごま油 | オレンジ ソフトビス | 白ごまプリン (白ごまペースト 牛乳 砂糖 粉ゼラチン) | 300 |



●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)
●海・風組 10時のおやつに + 牛乳

