



# 5月 給食献立表

## (3~5歳児)



令和6年5月1日  
幼保連携型認定こども園  
中央文化保育園  
園長 蝦名 久美子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)
1 水	ごはん・豚の生姜焼き・ほうれん草のなめたけ和え・けの汁	豚肩ロース肉 ほうれん草 なめたけ 大根 高野豆腐	アメリカンドッグ 牛乳	395
2 木	ごはん・生揚げのケチャップ煮・わかめの酢の物・なめこ汁	生揚げ ウインナー 人参 塩蔵わかめ きゅうり なめこ	おかし 牛乳	369
3 金	<b>憲 法 記 念 日</b>			
4 土	<b>み ど り の 日</b>			
6 月	<b>振 替 休 日</b>			
7 火	じゃこチーズトースト・ブロッコリーの彩りサラダ あさりのクラムチャウダー・バナナ	食パン しらす干し チーズ ブロッコリー 冷凍あさり	オレンジゼリー 麦茶	359
8 水	☆いもうえの日 じゃがいもメニュー ごはん・じゃがいものカントリー煮・もやしのバンバンジー・はんぺんのみそ汁	豚肩ロース肉 じゃがいも もやし 蒸し鶏 はんぺん	おかし 牛乳	338
9 木	五目うどん・厚焼き卵・ソフール	うどん 鶏もも肉 なたと 大根 ほうれん草 厚焼き卵	シフォンケーキ 牛乳	345
10 金	そぼろごはん・たらの青のりパン粉焼き・里芋のおかか和え・長ねぎのみそ汁	鶏挽肉 たら切身 里芋水煮 長ねぎ 白菜 油揚げ 人参	おかし りんご ジュース	361
11 土	ごはん・麻婆春雨・小松菜のしらす和え・にら玉みそ汁	豚挽肉 春雨 小松菜 にら しらす干し 鶏卵 えのき	おかし 牛乳	347
13 月	ごはん・さつまいもシチュー・スパゲッティサラダ・野菜ジュース	鶏もも肉 さつまいも 人参 玉ねぎ スパゲッティ	おかし 牛乳	515
14 火	バターロール・はんぺんチーズフライ・キャベツのジュリアンサラダ BLTスープ	バターロール キャベツ はんぺんチーズフライ ベーコン	菜めしおにぎり 麦茶	318
15 水	ごはん・あじのごまみそ焼き・うの花の炒り煮・若竹汁	あじ切身 おから 糸こんに 塩蔵わかめ たけのこ水煮	おかし 牛乳	314
16 木	《誕生会》 枝豆ごはん・かぶとハンバーグ・チンゲン菜の納豆和え 花麩のみそ汁・プリン	枝豆 ハンバーグ チンゲン菜 納豆 花麩 大根 えのき	おかし 牛乳	422
17 金	しょうゆラーメン・肉しゅうまい・いちごヨーグルト	中華麺 豚肩ロース肉 なたと もやし 玉ねぎ 肉しゅうまい	ホイップサンド 牛乳	345
18 土	ごはん・鶏の照焼き・すき昆布の炒め煮・油揚げのみそ汁	照焼きチキン すき昆布 人参 糸こんに 油揚げ 小松菜	おかし 牛乳	331
20 月	ごはん・ポークカレー・春雨の甘酢和え・ぶどうジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 ツナフレーク	おかし 牛乳	478
21 火	ジャムサンド・キッシュ風オムレツ・ジャーマンポテト チキンジュリアンスープ	食パン 鶏卵 ほうれん草 じゃがいも 鶏もも肉 セロリ	りんご 麦茶	368
22 水	<b>春 の 遠 足 お弁当の日です</b>		おかし 牛乳	/
23 木	和風スパゲッティ・ふわ玉ポトフ・フルーチェ	スパゲッティ ベーコン キャベツ 鶏卵 じゃがいも	お米deメープル マフィン 牛乳	327
24 金	チャーハン・はんぺんサラダ・せんぎりみそ汁	鶏卵 ウインナー はんぺん ミニトマト キャベツ 切干大根	おかし ヤクルト	412
25 土	ごはん・豆腐チャンプルー・かぼちゃの甘煮・わかめのみそ汁	木綿豆腐 鶏卵 ピーマン かぼちゃ 塩蔵わかめ 白菜	おかし 牛乳	377
27 月	ごはん・キーマブラウンシチュー・マカロニサラダ・オレンジジュース	豚挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 マカロニ チーズ	おかし 牛乳	498
28 火	クロワッサン・タンドリーチキン・白菜のコールスロー・ミルクスープ	クロワッサン 鶏もも肉 白菜 コーン 大根 人参	さつまいも餅 牛乳	387
29 水	☆おにぎりを作ってみよう！ おにぎり・さけの塩焼き・きんぴられんこん・豚汁	さけ切身 れんこん水煮 人参 糸こんに じゃがいも キャベツ	おかし 牛乳	366
30 木	かき玉にゅうめん・ちくわのごま揚げ・元気ヨーグルト	そうめん 鶏卵 豚もも肉 大根 人参 なたと ちくわ	メロンパン 牛乳	334
31 金	ごはん・すき焼き煮・もやしのゆかり和え・なすのみそ汁	豚肩ロース肉 焼き豆腐 もやし 長なす 油揚げ しめじ	いちごレアチーズ 麦茶	338

〈ねらい〉

・三色食品群について知り、栄養バランスよく食べる。

※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。