



おおたかの森せせらぎ保育園 令和7年 5月 献立表



保護者	園長	栄養士

]	曜日	朝8:30頃 乳児のみ	昼食 こんだて	午後 おやつ		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
1 19	木 月	牛乳	ビビンバ丼 わかめスープ キャベツとツナのサラダ	いちごムース ウエハース	牛乳	乳児	477	17.4
						幼児	527	18.3
2 20	金 火	牛乳	ごはん 五目味噌汁 ハンバーグ ほうれん草の納豆和え	たいやき	牛乳	乳児	512	22.0
						幼児	557	22.8
7 21	水	牛乳	ミートソーススパゲティ オニオンスープ チキンナゲット ブロッコリーのおかか和え	きな粉おふラスク	牛乳	乳児	484	26.1
						幼児	625	31.2
8 22	木	牛乳	ごはん すまし汁 さばの味噌焼き ひじきの煮物	米粉マフィン	牛乳	乳児	583	19.8
						幼児	662	21.2
9 23	金	牛乳	かぼちゃパン コーンスープ チキンのトマトチーズ焼き キャベツの甘酢サラダ	スイートポテト	牛乳	乳児	488	24.2
						幼児	554	27.2
10 24	土	牛乳	カレーうどん ほうれん草と豆腐のごま和え ヨーグルト	揚げパン	牛乳	乳児	471	22.9
						幼児	532	25.4
12 26	月	牛乳	ごはん 中華スープ チンジャオロース 春雨としらすのサラダ	いちごクレープ	牛乳	乳児	491	18.5
						幼児	565	20.1
13 27	火	牛乳	ごはん すまし汁 カレイのごま味噌焼き さつまいもサラダ	ブルーベリージャムサンド	牛乳	乳児	476	23.1
						幼児	554	26.3
14 28	水	牛乳	五目あんかけラーメン 切干大根サラダ りんご	🍲納豆おにぎり	牛乳	乳児	512	23.2
						幼児	573	25.4
15 29	木	牛乳	ごはん すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんの和風サラダ	ココアマフィン	牛乳	乳児	478	21.6
						幼児	552	25.1
16 30	金	牛乳	ハヤシライス 野菜スープ ほうれん草とコーンのソテー	16日 🍑 桃のチーズケーキ	牛乳	乳児	527	18.0
						幼児	630	20.3
				30日 シュガートースト		乳児	471	17.0
						幼児	551	18.8
17 31	土	牛乳	ハムチーズサンド 野菜たっぷりポトフ ブロッコリーとひじきのサラダ オレンジ	マドレーヌ	牛乳	乳児	525	20.5
						幼児	611	22.5

※食材の納品状況などの都合により、献立内容を変更することもあります。

5月 栄養価 平均値



 誕生会 16日（金）

 ラップでおにぎり練習日（幼

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
乳児	500	21.1
幼児	576	23.4

給食についてご質問やレシピをお知りになりたい方は、お気軽に栄養士にお声かけください。



保護者	園長	栄養士

日	曜日	5～6ヶ月頃	7～8ヶ月頃	9～11ヶ月頃 昼食	9～11ヶ月頃 午後おやつ		12か月以降 昼食	12か月以降 午後おやつ	
1 19	木 月	粥ペースト	つぶし粥	軟飯 味噌汁 豚ひき肉の野菜炒め キャベツとツナのサラダ	野菜おじや	ミルク	ビビンバ丼 わかめスープ キャベツとツナのサラダ	いちごムース ハイハイン	牛乳
		小松菜ペースト	鶏ひき肉と小松菜・人参のだし煮						
2 20	金 火	粥ペースト	つぶし粥	軟飯 五目味噌汁 ハンバーグ ほうれん草の納豆和え	野菜おじや	ミルク	ごはん 五目味噌汁 ハンバーグ ほうれん草の納豆和え	蒸しパン	牛乳
		ほうれん草ペースト	鶏ひき肉とほうれん草・人参の納豆和え						
7 21	水	うどん粥ペースト	つぶし粥	ミートソースうどん すまし汁 鶏つくね ブロッコリーのおかか和え	きなこおじや	ミルク	ミートソーススパゲティ オニオンスープ チキンナゲット ブロッコリーのおかか和え	きな粉ホットケーキ	牛乳
		玉ねぎペースト	鶏ひき肉とブロッコリー・人参のだし煮						
8 22	木	粥ペースト	パン粥	軟飯 すまし汁 かれいのだし醤油煮 ひじきの煮物	野菜おじや	ミルク	ごはん すまし汁 さばの味噌焼き ひじきの煮物	米粉マフィン	牛乳
		かぼちゃペースト	カレーとかぼちゃ・人参のだし煮						
9 23	金	パン粥ペースト	つぶし粥	食パン コーンスープ チキンのトマト焼き キャベツのサラダ	野菜おじや	ミルク	かぼちゃパン コーンスープ チキンのトマトチーズ焼き キャベツの甘酢サラダ	スイートポテト	牛乳
		じゃがいもペースト	鶏ひき肉とじゃがいものコーンクリーム煮						
10 24	土	うどん粥ペースト	煮込みうどん	煮込み野菜うどん ほうれん草と豆腐のごま和え ヨーグルト	野菜おじや	ミルク	カレーうどん ほうれん草と豆腐のごま和え ヨーグルト	揚げパン	牛乳
		ほうれん草ペースト	豆腐とほうれん草・キャベツのだし煮						
12 26	月	粥ペースト	野菜とうどん煮込み	軟飯 すまし汁 豚肉の野菜炒め しらすのサラダ	野菜おじや	ミルク	ごはん 中華スープ チンジャオロース 春雨としらすのサラダ	ホットケーキ	牛乳
		にんじんペースト	しらすと人参・玉ねぎのだし煮						
13 27	火	粥ペースト	つぶし粥	軟飯 すまし汁 カレイの味噌焼き さつまいもサラダ	野菜おじや	ミルク	ごはん すまし汁 カレイのごま味噌焼き さつまいもサラダ	ブルーベリージャムサンド	牛乳
		さつまいもペースト	カレーと人参・さつまいものだし煮						
14 28	水	うどんペースト	煮込みうどん	煮込み野菜うどん 切干大根サラダ りんご	納豆おじや	ミルク	五目あんかけラーメン 切干大根サラダ りんご	🍲納豆おにぎり	牛乳
		白菜ペースト	鶏ひき肉と白菜・人参のだし煮						
15 29	木	つぶし粥	つぶし粥	軟飯 すまし汁 鮭とキャベツの味噌煮 ひじきサラダ	野菜おじや	ミルク	ごはん すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんの和風サラダ	ココアマフィン	牛乳
		キャベツペースト	鮭とキャベツ・人参のだし煮						
16 30	金	粥ペースト	つぶし粥	軟飯 すまし汁 豚肉の野菜のケチャップ煮 ほうれん草とコーンのソテー	16日 🍑 桃蒸しパン	ミルク	ハヤシライス 野菜スープ ほうれん草とコーンのソテー	16日 🍑 桃のチーズケーキ	牛乳
		じゃがいもペースト	鶏ひき肉とほうれん草・人参のだし煮		30日 シュガーパン			30日 シュガートースト	
17 31	土	パン粥ペースト	つぶし粥	食パン 野菜たっぷりトマトスープ ブロッコリーとひじきのサラダ オレンジ	野菜おじや	ミルク	ハムチーズサンド 野菜たっぷりポトフ ブロッコリーとひじきのサラダ オレンジ	マドレーヌ	牛乳
		ブロッコリーペースト	鶏ひき肉とブロッコリー・じゃがいものだし煮						



誕生会 16日

