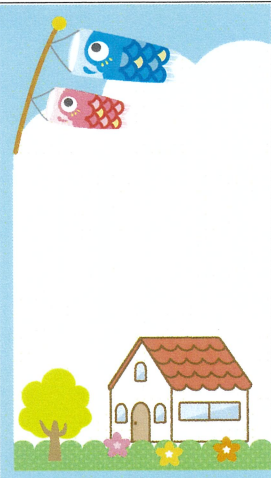


# 令和7年5月予定献立表

|    | 月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 火                                                                  | 水                                                                        | 木                                                                     | 金                                                                               | 土                                                                            | 日                                                                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                    |                                                                          | 1 日                                                                   | 2 日                                                                             | 3 日                                                                          | 4 日                                                                                   |
| 朝食 | <b>「令和7年1月に食事嗜好調査を行いました」</b><br>毎年、食事嗜好調査を行っています。食べ物の項目ごとに料理写真を用いて、ご本人または普段の様子から職員が代弁をする形で調査を行っています。<br>その結果、ご飯類、麺類、パン類、肉類、魚類、卵類、汁類、乳類は好き、野菜類は苦手と集計されました。野菜については、生野菜が36%、ゆで野菜26%、煮た野菜13%、揚げた野菜6%と、調理法を変えることで苦手な割合が減っていることがわかりました。子供たちの嗜好通りでは成長に必要な栄養が不足してしまうため、調理法や味付けを工夫しながら、毎食完食を目指して献立を見直していきます。無理に食べさせる支援はしない園の方針ですが、一人ひとりの気持ちに寄り添って応援していきます。<br><br>少数ですがこんな意見もありました。<br>白いご飯は苦手だけど、ふりかけをかけると食べられる。<br>丼物は苦手だけど、別々に盛り付けてあると食べられる。<br>生野菜は苦手だけど、マヨネーズをつけてくれたら食べられる。<br>冷めた料理は苦手だけど、温めてくれたら食べられる。 |                                                                    |                                                                          | ご飯<br>野菜スープ<br>じゃが芋のクリーム煮<br>ブロッコリーのガーリックソテー<br>バナナ<br>牛乳             | ご飯<br>みそ汁<br>えのき豚<br>ハムと小松菜のソテー<br>卵焼き<br>牛乳                                    | ◎ミルク丸パン<br>※ご飯<br>ポテトのスープ<br>豚肉と玉ねぎの炒め物<br>コーンサラダ<br>バナナ・牛乳                  | ご飯<br>みそ汁<br>ハムエッグ<br>豚肉と豆腐の煮物<br>納豆<br>牛乳                                            |
| 昼食 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                    |                                                                          | ご飯<br>すまし汁<br>鶏肉のマヨコーン焼き<br>厚揚げの炒め煮<br>ツナとキャベツの和え物<br>ヨーグルト           | ご飯<br>コンソメスープ<br>鯖のカレーきのこソース<br>ベーコンと南瓜のソテー<br>チーズサラダ                           | ご飯<br>すまし汁<br>蒸し鶏の和風照焼きソース<br>五目きんぴら<br>ツナと野菜の和え物<br>【手作りおやつ】たこ焼き            | ◎スパゲッティ<br>※ターメリックライス<br>チキントマトクリーム<br>コンソメスープ<br>ポテトのハムマヨ焼き<br>サラミサラダ                |
| 夕食 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                    |                                                                          | ご飯<br>青菜のスープ<br>ハンバーグねぎソース<br>だけのこと卵の中華炒め<br>わかめと大根の和え物<br>抹茶プリン【十八夜】 | ◎回鍋肉麺<br>※回鍋肉丼・スープ<br>甘辛ポテト<br>ハンサンスー<br>アロエみかん                                 | ご飯<br>コーン卵スープ<br>鰯の中華あんかけ<br>豚肉の細切り炒め<br>小松菜とキャベツのごまあえ<br>ダイスゼリーみかん          | ご飯<br>すまし汁<br>豚肉のみそ焼き<br>さつま揚げと野菜の煮物<br>ほうれん草と白菜の和え物<br>プリン                           |
|    | 5 日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 6 日                                                                | 7 日                                                                      | 8 日                                                                   | 9 日                                                                             | 10 日                                                                         | 11 日                                                                                  |
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁<br>ソーセージと野菜のカレーソテー<br>卵焼き<br>韓国のり<br>牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ◎ダブルソフト<br>※ご飯<br>ほうれん草のスープ<br>鶏団子のコンソメ煮<br>ポテトサラダ<br>バナナ・牛乳       | ご飯<br>みそ汁<br>鮭の塩焼き<br>鶏肉と大根の煮物<br>マンゴーゼリー<br>牛乳                          | ご飯<br>卵と玉ねぎのスープ<br>たらとのトマト煮<br>ハムとほうれん草のソテー<br>バナナ<br>牛乳              | ご飯<br>みそ汁<br>挽肉と豆腐の煮物<br>ツナともやしの炒め<br>温泉卵<br>牛乳                                 | ◎ロールパン<br>※ご飯<br>カレースープ<br>ジャーマンポテト<br>卵とブロッコリーのサラダ<br>バナナ・牛乳                | ご飯<br>卵スープ<br>豆腐野菜ハンバーグ<br>ほうれん草とコーンのソテー<br>納豆<br>牛乳                                  |
| 昼食 | 卵あんかけチャーハン<br>わかめスープ<br>肉団子の酢豚<br>チョレギサラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ビーフカレー<br>玉ねぎスープ<br>ほうれん草のバターソテー<br>春野菜サラダ<br>アップル&キャロットジュース       | ご飯<br>すまし汁<br>肉豆腐<br>コロッケ<br>ほうれん草のおひたし<br>ヨーグルト                         | ご飯<br>わかめスープ<br>ブルコギ（韓国風焼肉）<br>枝豆ポテト<br>キャベツの昆布和え                     | ご飯<br>コーンポタージュスープ<br>鶏肉のパン粉焼き<br>ナポリタン<br>チーズとハムのサラダ<br>ジョアストロベリー               | ご飯<br>すまし汁<br>豚肉の生姜焼き<br>五目ひじき煮<br>小松菜の磯和え                                   | ◎きつねおろしうどん<br>※きつねそば・すまし汁<br>コンビーフとじゃがいもの炒め物<br>ささみとわかめの和えサラダ<br>ヨーグルト                |
| 夕食 | ご飯<br>コンソメスープ<br>煮込みハンバーグ<br>鶏肉から揚げ・フライドポテト<br>ソーセージ炒め・コールスローサラダ<br>なめらかプリン【こどもの日】                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ご飯<br>にら玉スープ<br>豚肉にんにくソース<br>厚揚げ煮<br>いかとわかめの中華和え<br>オレンジ           | ◎和風アサリとブロッコリのパスタ<br>※アサリのカレーピラフ<br>トマトスープ<br>ミートローフ<br>たまポテサラダ<br>アロエみかん | ご飯<br>ごぼうスープ<br>鶏つくねバーグ<br>豆腐の味噌煮<br>ホタテと大根サラダ<br>ミックスフルーツ            | ◎焼きそば<br>※王子チャーハン<br>小松菜のスープ<br>さつま芋のマッシュ<br>ささみときゅうりの和え物<br>りんご                | ご飯<br>中華風スープ<br>鰯の酢豚風<br>豆腐のかに卵とじ<br>ダイコンサラダ<br>ダイスゼリーみかん                    | ご飯<br>コンソメスープ<br>鶏肉のタルタルチーズ焼き<br>南瓜のグラッセ<br>ツナと春野菜の和えサラダ<br>マンゴープリン                   |
|    | 12 日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 13 日                                                               | 14 日                                                                     | 15 日                                                                  | 16 日                                                                            | 17 日                                                                         | 18 日                                                                                  |
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁<br>豚肉といんげんの炒め物<br>肉詰めいなり煮<br>しらす干し<br>牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ご飯<br>きのこのスープ<br>オムレツ<br>ツナとキャベツのソテー<br>バナナ<br>牛乳                  | ご飯<br>みそ汁<br>鮭の塩焼き<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>いちごゼリー<br>牛乳                          | ご飯<br>野菜スープ<br>鶏肉とキャベツの卵とじ<br>蒸し野菜サウザンドレ<br>バナナ<br>牛乳                 | ご飯<br>みそ汁<br>ちくわぶと野菜の煮物<br>キャベツのごま炒め<br>卵焼き<br>牛乳                               | ◎こどもパン<br>※ご飯<br>なすのスープ<br>ソーセージエッグ<br>みかん入りサラダ<br>バナナ・牛乳                    | ご飯<br>みそ汁<br>鶏肉の卵寄せ<br>小松菜とコーンのソテー<br>納豆<br>牛乳                                        |
| 昼食 | ご飯<br>大豆入り野菜スープ<br>鰯とマカロニのグラタン<br>きのこ野菜のソテー<br>さつま芋サラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ご飯<br>ビーフンスープ<br>豚キムチ炒め<br>コーンポテト<br>かにかまと白菜の和え物<br>アップル&キャロットジュース | ご飯<br>コンソメスープ<br>豚肉のピザチーズ焼き<br>ソーセージと野菜のソテー<br>れんこんじゃこサラダ                | ご飯<br>すまし汁<br>鰯の蒲焼き<br>鶏肉と豆腐の治部煮<br>菜の花ともやしの和え物<br>ジョアマスカット           | ご飯<br>すまし汁<br>鰯の煮つけ<br>豚肉と焼き豆腐の煮物<br>オクラと大根のおかか和え                               | ご飯<br>ソーセージと野菜のスープ<br>かじきのクリームソース<br>エビとマカロニのソテー<br>グリーンサラダ<br>【手作りおやつ】トライフル | ◎しょうゆラーメン<br>※焼き豚チャーハン・スープ<br>さつま揚げとじゃが芋煮<br>わかめの三杯酢<br>ヨーグルト                         |
| 夕食 | 新ごぼうご飯<br>すまし汁<br>豚肉のおろしソース<br>豆腐の卵とじ<br>白菜と人参のおかか和え<br>パインゼリー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ご飯<br>すまし汁<br>白身魚とちくわの磯辺揚げ<br>牛肉と里芋の煮物<br>ハムと大根のサラダ<br>りんご         | ◎豆腐あんかけうどん<br>※豆腐あんかけごはん・すまし汁<br>揚げまぐろの甘辛<br>大根のおかか和え<br>ミックスフルーツ        | ご飯<br>中華風スープ<br>チキン南蛮タルタルソース<br>じゃが芋のソテー<br>わかめサラダ<br>牛乳寒天            | ◎ナポリタン<br>※ソーセージピラフ<br>チキンソテー<br>じゃがコーンスープ<br>ツナコールスローサラダ<br>寒天フルーツ             | ご飯<br>すまし汁<br>豚肉の三色ロール<br>豆腐の味噌煮<br>小松菜のひじき和え<br>プリン                         | ひき肉カレー<br>すまし汁<br>いかとブロッコリーの香味炒め<br>チキンマカロニサラダ<br>ダイスゼリーみかん                           |
|    | 19 日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 20 日                                                               | 21 日                                                                     | 22 日                                                                  | 23 日                                                                            | 24 日                                                                         | 25 日                                                                                  |
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁<br>たら卵とじ<br>ほうれん草しゅうまい<br>のり佃煮<br>牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ご飯<br>ほうれん草のスープ<br>鶏肉のトマト煮<br>ミニポテト<br>バナナ<br>牛乳                   | ご飯<br>みそ汁<br>鮭の塩焼き<br>豚肉と大根の煮物<br>煮豆<br>牛乳                               | ご飯<br>大根のスープ<br>ソーセージのケチャップ炒め<br>鶏肉とブロッコリーの温サラダ<br>バナナ<br>牛乳          | ご飯<br>みそ汁<br>鶏肉とがんもの煮つけ<br>ブロッコリーのおかか炒め<br>温泉卵<br>牛乳                            | ◎はつみつパン<br>※ご飯<br>野菜スープ<br>ミートボールのコンソメ煮<br>ツナサラダ<br>バナナ・牛乳                   | ご飯<br>小松菜のスープ<br>かにかまと豆腐の中華煮<br>サラミとキャベツのごま炒め<br>納豆<br>牛乳                             |
| 昼食 | ご飯<br>冬瓜のスープ<br>ポークチャップ<br>チーズポテト<br>ツナとアスパラのサラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ご飯<br>みそ汁<br>鰯フライ<br>なすとピーマンの味噌炒め<br>卵と野菜の和え物                      | ご飯<br>すまし汁<br>鶏の照り焼き<br>人参しりしり<br>白菜ののり和え                                | ご飯<br>すまし汁<br>さばの塩焼き<br>鶏肉と高野豆腐の煮物<br>ツナと白菜の和え物<br>ヨーグルト              | ご飯<br>コンソメスープ<br>白身魚のレモンバターソース<br>野菜のホットマリネ<br>ササミとチーズのサラダ                      | ご飯<br>すまし汁<br>かじきのマヨコーン焼き<br>さつま芋の塩バター<br>ミモザサラダ                             | ◎かき玉うどん<br>※ご飯・かき玉汁<br>肉野菜炒めカレー風味<br>南瓜とブロッコリーのチーズ和え<br>ジョアプレーン<br>【誕生日ケーキ】ショートケーキ    |
| 夕食 | かやくご飯<br>すまし汁<br>エビバーグ<br>ごぼうサラダ<br>チョコプリン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 豚丼<br>すまし汁<br>さつま揚げと高野豆腐の煮物<br>かぶのゆず和え<br>オレンジ                     | ◎青椒肉絲麺<br>※青椒肉絲飯<br>野菜スープ<br>スイートポテト風<br>ほうれん草のごまあえ<br>牛乳寒天              | ご飯<br>キャベツのスープ<br>チーズハンバーグ<br>フライドポテト<br>キャロットサラダ<br>寒天フルーツ           | ◎茄子のミートパスタ<br>※茄子のミートチーズ焼き<br>ほうれん草のスープ<br>いかのさらさ揚げ<br>キャベツのフレンチサラダ<br>バナナ風味プリン | ご飯<br>すまし汁<br>カツ煮<br>焼き豆腐のひき肉あん<br>わかめときゅうりの和え物<br>アロエみかん                    | ご飯<br>ザーサイスープ<br>蒸し鶏のごまみそかけ<br>ツナじゃが芋煮<br>ほうれん草ともやしのナムル<br>ミックスフルーツ                   |
|    | 26 日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 27 日                                                               | 28 日                                                                     | 29 日                                                                  | 30 日                                                                            | 31 日                                                                         |                                                                                       |
| 朝食 | ご飯<br>みそ汁<br>焼き豆腐と卵の煮物<br>チキンマヨ炒め<br>しらす干し<br>牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ご飯<br>玉ねぎスープ<br>ソーセージとキャベツのソテー<br>白身魚と豆腐の天ぷら<br>バナナ<br>牛乳          | ご飯<br>みそ汁<br>鮭の塩焼き<br>白菜ののり煮<br>マンゴーゼリー<br>牛乳                            | ご飯<br>かぶのスープ<br>卵とほうれん草のソテー<br>温野菜サラダ<br>バナナ<br>牛乳                    | ご飯<br>みそ汁<br>肉じゃが<br>キャベツのたくあん和え<br>温泉卵<br>牛乳                                   | ◎ダブルソフト<br>※ご飯<br>ポトフ<br>豆腐野菜ハンバーグ<br>豆とコーンのサラダ<br>バナナ・牛乳                    |  |
| 昼食 | カレーピラフ<br>つくねのスープ<br>南瓜のパン粉焼き<br>グリルチキンサラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 天津飯<br>コンソメスープ<br>春雨のソテー<br>わかめとほうれん草の酢の物<br>ヨーグルト                 | ご飯<br>すまし汁<br>鶏肉のクリームソース<br>なすの揚げ煮<br>キャベツの味噌和え                          | ご飯<br>コンソメスープ<br>白身魚のケチャップソース<br>菜の花と南瓜のソテー<br>南瓜サラダ                  | ご飯<br>ワンタンスープ<br>鰯のベーコンマヨ焼き<br>豚こら炒め<br>白菜の中華和え<br>ジョアブルーベリー                    | ご飯<br>すまし汁<br>鰯のバターしょうゆ焼き<br>ひき肉入り卵焼き<br>大根のごまあえ                             |                                                                                       |
| 夕食 | ご飯<br>すまし汁<br>鰯の野菜あん<br>鶏肉と里芋の含め煮<br>小松菜のおひたし<br>ラムゼリー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ご飯<br>すまし汁<br>ミルフィーユ豚カツ<br>ほうれん草のソテー<br>ツナポテトサラダ<br>ダイスゼリーみかん      | ◎焼きそば（オイスター風味）<br>※ナシゴレン<br>中華スープ<br>中華風卵焼き<br>サラミとわかめの中華サラダ<br>オレンジ     | ご飯<br>アサリと白菜のスープ<br>ポテトコロッケ<br>豚肉と小松菜のソテー<br>豆とひじきの和えサラダ<br>カットマンゴー   | ◎和風たらこといかのパスタ<br>※ご飯・ハンバーグ和風ソース<br>オクラのスープ<br>豆腐の野菜あん<br>五色サラダ<br>抹茶羊羹          | ご飯<br>わかめスープ<br>油淋鶏（ゆうりんち）<br>厚揚げのみぞれ煮<br>ベーコンドレッシングサラダ<br>カットパイ             |                                                                                       |

## 5月5日(月) 夕食『こどもの日』

子ども達の健やかな成長を願い、祝う「こどもの日」は、古代中国から伝わった「端午の節句」に由来し、奈良時代から日本の伝統的な行事として親しまれています。子供たちの大好きなメニューでお祝いします。



昨年度提供例

### お知らせ

◎手作りおやつは★5月3日(土)「たこ焼き」、17日(土)「トライフル」を提供します。  
◎5月25日(日)★ケーキは苺ショートケーキを提供します。  
◎5月の検食当番は『たいよう』ユニットです。土日祭日の朝食、昼食、夕食および平日の夕食各1食が対象です。



## 5月の栄養価【平均】

### ◎選択食「めん」と「パン」を選んだ方

エネルギー 2,169kcal  
タンパク質 91.6g  
脂質 65.1g

### ◎選択食をごはんを選んだ方

エネルギー2,195kcal タンパク質 89.4g 脂質 64.2g