



2025年5月給食だより



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	木	豆花クッキー お茶	サーモンのタルタル焼 キャベツサラダ ごはん スープ フルーツ (ハイン缶)	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・小松菜 パイン (缶詰)	マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩 コンソメ	かぼちゃ蒸しパン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 麦茶
2	金	ソフトサラダ お茶	こいのぼりハンバーグ ブロッコリーサラダ わかめごはん すまし汁 フルーツ (バナナ)	豚ひき肉・豆腐・ちくわ	玉ねぎ・グリーンピース・きゅうり・人参 ブロッコリー・人参・コーン わかめご飯の素 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ バナナ	でん粉・パン粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) オリーブ油・砂糖 米(国産)	塩・トマトケチャップ 酢・醤油 だし・醤油・塩	青りんごゼリー お茶	青りんごゼリーの素 麦茶
7	水	里っこ お茶	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ フルーツ (白桃缶)	焼豚	玉ねぎ・人参・小松菜 きゅうり・人参 きゅうり・人参 白桃(缶詰)	米(国産)・鶏ごま油 緑豆春雨・鶏ごま油・砂糖	鶏がらスープ・塩 酢・醤油 鶏がらスープ	きなこちんすこう お茶	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 麦茶
8	木	ぼたぼた焼 お茶	ケチャップライス 鶏肉の塩揚げ コールスローサラダ スープ フルーツ (バナナ)	鶏肉	コーン・玉ねぎ しょうが キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・小松菜 バナナ	米(国産)・油 小麦粉・でん粉・油 油・砂糖	コンソメ・塩・トマトケチャップ 醤油・料理酒 塩・醤油・酢 コンソメ	誕生日ケーキ(りんご) 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油 おろしりんご・豆乳・りんご(缶詰) 牛乳
9	金	白いご飯ミルククリーム お茶	ミートソースパゲティ コーンサラダ スープ フルーツ (ハイン缶)	豚ひき肉・鶏ひき肉	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ コーン・人参・キャベツ 玉ねぎ・キャベツ パイン (缶詰)	スガティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
10	土	かぼちゃボーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ (みかん缶)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 みかん(缶詰)	米(国産)・鶏ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
12	月	ソフトサラダ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのごまネズ和え ごはん 味噌汁 フルーツ (白桃缶)	鶏肉 ちくわ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・ほうれん草 白桃(缶詰)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 米(国産) じゃが芋	塩こうじ だし	サーターアランダギー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖 豆乳・油 牛乳
13	火	かぼちゃボーロ お茶	きつねうどん 小松菜の納豆和え フルーツ (オレンジ)	油揚げ・鶏肉 納豆	ほうれん草・人参・大根・だし昆布 人参 オレンジ	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	甘味増おにぎり お茶	米(国産)・赤みそ 本みりん・砂糖 麦茶
14	水	ぼたぼた焼 お茶	白身魚の甘辛焼 じゃが芋の金平 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (バナナ)	たら さつま揚げ	れんこん・人参 えのきたけ・白菜・玉ねぎ バナナ	砂糖・油 じゃが芋・鶏ごま油・砂糖 米(国産)・搾麦	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒 だし	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋 牛乳
15	木	白いご飯ミルククリーム お茶	豚肉ともやしの胡麻味噌炒め 花野菜サラダ ごはん すまし汁 フルーツ (みかん缶)	豚肉・白みそ かつお節	もやし・人参・白菜・しょうが カリフラワー・ブロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖・白ごま 砂糖・オリーブ油 米(国産)	本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし・醤油・塩	お稲のきなこラスク 牛乳	おつゆ餅・バター 砂糖・きな粉 牛乳
16	金	豆花クッキー お茶	味噌ラーメン 肉しゅうまい 大根の中華サラダ フルーツ (ハイン缶)	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい かつおフレーク	玉ねぎ・人参・もやし・万能ねぎ・にんにく・しょうが きゅうり・大根・コーン パイン (缶詰)	ラーメン・油・鶏ごま油 砂糖・鶏ごま油	醤油・鶏がらスープ 醤油・酢	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 牛乳
17	土	里っこ お茶	和風あんかけ丼 味噌汁 フルーツ (白桃缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・しいたけ・さやえんどう 大根・わかめ 白桃(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん だし		
19	月	ソフトサラダ お茶	トマトソースパゲティ チキンサラダ スープ フルーツ (みかん缶)	ウインナー チキンフレーク	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマトピューレ キャベツ・きゅうり・コーン 大根・小松菜・人参 みかん(缶詰)	スガティ・オリーブ油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・コンソメ コンソメ	昆布おにぎり お茶	米(国産) 塩昆布 麦茶
20	火	白いご飯ミルククリーム お茶	コーンと竹輪の一口揚げ ブロッコリーのおかか和え ごはん 味噌汁 フルーツ (白桃缶)	ちくわ かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	コーン・むき枝豆 ブロッコリー・人参 白菜・もやし 白桃(缶詰)	小麦粉・天ぷら粉・油 米(国産)	醤油・本みりん・だし だし	豆腐スコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・豆腐 牛乳
21	水	里っこ お茶	サバの味噌煮 もやしの磯和え ごはん すまし汁 フルーツ (バナナ)	さば・白みそ 豆腐	しょうが もやし・ほうれん草・人参・のり キャベツ・わかめ バナナ	砂糖 砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油 だし・醤油・塩	フライドポテト 牛乳	ポテトフライ・油 塩 牛乳
22	木	ぼたぼた焼 お茶	味噌煮込みうどん 白菜の塩昆布和え フルーツ (オレンジ)	鶏肉・油揚げ・みそ	人参・小松菜・大根・青ねぎ・だし昆布 人参・きゅうり・人参・塩昆布 オレンジ	うどん 鶏ごま油	だし・本みりん	ジャムサンド 牛乳	食パン ブルーベリージャム 牛乳
23	金	里っこ お茶	高野豆腐のチリコンカン風 コールスローサラダ ごはん スープ フルーツ (ハイン缶)	豚ひき肉・凍り豆腐	人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工) キャベツ・きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜 パイン (缶詰)	油・小麦粉・砂糖 油・砂糖 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩 醤油・酢 コンソメ・塩	オレンジゼリー 牛乳	オレンジゼリーの素 牛乳
24	土	豆花クッキー お茶	焼きそば 中華スープ フルーツ (白桃缶)	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 白桃(缶詰)	焼きそば用麺・油 オリーブ油・砂糖	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 鶏がらスープ		
26	月	ぼたぼた焼 お茶	麻婆豆腐丼 大根の中華サラダ 中華スープ フルーツ (みかん缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ かつおフレーク	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ きゅうり・大根・コーン チンゲン菜・白菜・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖・鶏ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・酢 鶏がらスープ	スイートポテト 牛乳	さつま芋・牛乳・バター 砂糖 牛乳
27	火	白いご飯ミルククリーム お茶	チャンポン 肉団子のケチャップ煮 チンゲン菜のおかか和え フルーツ (バナナ)	豚肉・さつま揚げ チキンボール かつお節	玉ねぎ・人参・もやし・キャベツ・さやえんどう チンゲン菜・人参 パイン (缶詰)	ラーメン・油 油・砂糖	塩・鶏がらスープ・豚骨ラーメンスープ 本みりん・醤油・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし	カステラ 牛乳	卵・砂糖・小麦粉 牛乳・バター・ベーキングパウダー 牛乳
28	水	豆花クッキー お茶	まぐろフライ ほうれん草ともやしのごま和え ごはん 味噌汁 フルーツ (白桃缶)	まぐろカツ 豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 わかめ・玉ねぎ 白桃(缶詰)	油 白ごま・砂糖 米(国産)	醤油 だし	みたらしマカロニ お茶	マカロニ・砂糖 醤油・でん粉 麦茶
29	木	ソフトサラダ お茶	豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	豆腐野菜ハンバーグ	ブロッコリー・人参・コーン 白菜・もやし オレンジ	油・砂糖・でん粉 オリーブ油・砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油 だし	味噌蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 みそ・本みりん 牛乳
30	金	かぼちゃボーロ お茶	カレーライス さつま芋サラダ スープ フルーツ (バナナ)	鶏肉	玉ねぎ・人参 人参・きゅうり 白菜・チンゲン菜・人参 バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 塩 コンソメ	いちごゼリー お茶	いちごゼリーの素 麦茶
31	土	かぼちゃボーロ お茶	スタミナ焼肉丼 中華スープ フルーツ (みかん缶)	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン 小松菜・えのきたけ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・鶏ごま油	醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ		

栄養価の平均

(3歳以上)

(3歳未満)

エネルギー509kcal

たんぱく質17.9g

脂質14.2g

炭水化物12.7g

たんぱく質15.1g

脂質12.7g

炭水化物13.9g

食塩相当量1.8g

食塩相当量1.5g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年5月給食だより（完了期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	木	豆花クッキー お茶	サーモンのタルタル焼 キャベツサラダ ごはん スープ フルーツ（パイナップル）	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・小松菜 パイン（缶詰）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	塩 コンソメ	かぼちゃ蒸しパン お茶	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 麦茶
2	金	ソフトサラダ お茶	こいのぼりハンバーグ ブロッコリーサラダ わかめごはん すまし汁 フルーツ（みかん缶）	豚ひき肉・豆腐・ちくわ	玉ねぎ・グリーンピース・きゅうり・人参 ブロッコリー・人参・コーン わかめごはんの素 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ みかん(缶詰)	でん粉・パン粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) オリーブ油・砂糖 米(国産)	塩・トマトケチャップ 酢・醤油 だし・醤油・塩	青りんごゼリー お茶	青りんごゼリーの素 麦茶
7	水	星っ子 お茶	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ フルーツ（白桃缶）	焼豚	玉ねぎ・人参・小松菜 きゅうり・人参 人参・玉ねぎ・白菜 白桃(缶詰)	米(国産)・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	鶏がらスープ・塩 酢・醤油 鶏がらスープ	きなごちんすこう お茶	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 麦茶
8	木	ほたは焼 お茶	ケチャップライス 鶏肉の甘辛焼 コールスローサラダ スープ フルーツ（バナナ）	鶏肉	コーン・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・小松菜 バナナ	米(国産)・油 砂糖・油 油・砂糖	コンソメ・塩・トマトケチャップ 醤油・料理酒 塩・醤油・酢 コンソメ	衛生日ケーキ（りんご） 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油 おろしりんご・豆乳・りんご(缶詰) 牛乳
9	金	白い風船ミルククリーム お茶	ミートソーススパゲティ コーンサラダ スープ フルーツ（パイナップル）	豚ひき肉・鶏ひき肉	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ コーン・人参・キャベツ 玉ねぎ・キャベツ パイン（缶詰）	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
10	土	かぼちゃボーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ（みかん缶）	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 みかん(缶詰)	米(国産)・調合ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
12	月	ソフトサラダ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのごまネーズ和え ごはん 味噌汁 フルーツ（白桃缶）	鶏肉 ちくわ 赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・ほうれん草 白桃(缶詰)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 米(国産) じゃが芋	塩こうじ だし	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖 豆乳・油 牛乳
13	火	かぼちゃボーロ お茶	きつねうどん 小松菜の納豆和え フルーツ（オレンジ）	油揚げ・鶏肉 納豆	ほうれん草・人参・大根・だし昆布 小松菜・人参 オレンジ	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油	甘味噌おにぎり お茶	米(国産)・赤みそ 本みりん・砂糖 麦茶
14	水	ほたは焼 お茶	白身魚の甘辛焼 じゃが芋の金平 ごはん 味噌汁 フルーツ（バナナ）	たら さつま揚げ 赤みそ・白みそ	れんこん・人参 えのきだけ・白菜・玉ねぎ バナナ	砂糖・油 じゃが芋・調合ごま油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒 だし	さつま芋蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・さつま芋 牛乳
15	木	白い風船ミルククリーム お茶	豚肉ともやしの胡麻味噌炒め 花野菜サラダ ごはん すまし汁 フルーツ（みかん缶）	豚肉・白みそ	もやし・人参・白菜・しょうが カリフラワー・ブロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖・白ごま 砂糖・オリーブ油 米(国産)	本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし・醤油・塩	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・バター 砂糖・きな粉 牛乳
16	金	豆花クッキー お茶	味噌ラーメン 肉しゅうまい 大根の中華サラダ フルーツ（パイナップル）	豚肉・赤みそ 肉しゅうまい かつおフレーク	玉ねぎ・人参・もやし・万能ねぎ・にんにく・しょうが きゅうり・大根・コーン パイン（缶詰）	ラーメン・油・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ 醤油・酢	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 牛乳
17	土	星っ子 お茶	和風あんかけ丼 味噌汁 フルーツ（白桃缶）	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・白菜・しいたけ・さやえんどう 大根・わかめ 白桃(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん だし		
19	月	ソフトサラダ お茶	トマトソーススパゲティ チキンサラダ スープ フルーツ（みかん缶）	ウインナー チキンフレーク	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマトピューレ キャベツ・きゅうり・コーン 大根・小松菜・人参 みかん(缶詰)	スパゲティ・オリーブ油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・コンソメ コンソメ	青のりおにぎり お茶	米(国産) 青のり・塩 麦茶
20	火	白い風船ミルククリーム お茶	コーンと竹輪の炒め物 ブロッコリーのおかか和え ごはん 味噌汁 フルーツ（白桃缶）	ちくわ かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	コーン・むき枝豆 ブロッコリー・人参 白菜・もやし 白桃(缶詰)	小麦粉・油 米(国産)	塩 醤油・本みりん・だし だし	豆腐スコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・豆腐 牛乳
21	水	星っ子 お茶	白身魚の味噌煮 もやしの磯和え ごはん すまし汁 フルーツ（バナナ）	たら・白みそ 豆腐	しょうが もやし・ほうれん草・人参・のり キャベツ・わかめ バナナ	砂糖 砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油 だし・醤油・塩	粉ふき芋 牛乳	じゃが芋 塩 牛乳
22	木	ほたは焼 お茶	味噌煮込みうどん 大根のおえ物 フルーツ（オレンジ）	鶏肉・油揚げ・みそ	人参・小松菜・大根・青ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり・人参 オレンジ	うどん 調合ごま油	だし・本みりん 醤油	ジャムサンド 牛乳	食パン ブルーベリージャム 牛乳
23	金	星っ子 お茶	高野豆腐のチリコンカン風 コールスローサラダ ごはん スープ フルーツ（パイナップル）	豚ひき肉・凍り豆腐	人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工) キャベツ・きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜 パイン（缶詰）	油・小麦粉・砂糖 油・砂糖 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩 醤油・酢 コンソメ・塩	オレンジゼリー 牛乳	オレンジゼリーの素 牛乳
24	土	豆花クッキー お茶	焼きそば 中華スープ フルーツ（白桃缶）	豚肉・かつお節	人参・キャベツ・もやし・あおさのり 人参・玉ねぎ・チンゲン菜 白桃(缶詰)	焼きそば用麺・油	焼きそばソース（粉）・中濃ソース 鶏がらスープ		
26	月	ほたは焼 お茶	麻婆豆腐丼 大根の中華サラダ 中華スープ フルーツ（みかん缶）	豆腐・豚ひき肉・赤みそ かつおフレーク	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ きゅうり・大根・コーン チンゲン菜・白菜・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・酢 鶏がらスープ	スイートポテト 牛乳	さつま芋・牛乳・バター 砂糖 牛乳
27	火	白い風船ミルククリーム お茶	チャンポン 肉団子のケチャップ煮 チンゲン菜のおかか和え フルーツ（パイナップル）	豚肉・さつま揚げ チキンボール かつお節	玉ねぎ・人参・もやし・キャベツ・さやえんどう チンゲン菜・人参 パイン（缶詰）	ラーメン・油 油・砂糖	塩・鶏がらスープ・豚骨ラーメンスープ 本みりん・醤油・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし	カステラ 牛乳	卵・砂糖・小麦粉 牛乳・バター・ベーキングパウダー 牛乳
28	水	豆花クッキー お茶	白身魚の照焼 ほうれん草ともやしのごま和え ごはん 味噌汁 フルーツ（白桃缶）	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 わかめ・玉ねぎ 白桃(缶詰)	油・砂糖 白ごま・砂糖 米(国産)	塩・本みりん・料理酒・醤油 醤油 だし	みだらしマカロニ お茶	マカロニ・砂糖 醤油・でん粉 麦茶
29	木	ソフトサラダ お茶	豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豆腐野菜ハンバーグ	ブロッコリー・人参・コーン 白菜・もやし オレンジ	油・砂糖・でん粉 オリーブ油・砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油 だし	味噌蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 みそ・本みりん 牛乳
30	金	かぼちゃボーロ お茶	カレーライス さつま芋サラダ スープ フルーツ（バナナ）	鶏肉	玉ねぎ・人参 人参・きゅうり 白菜・チンゲン菜・人参 バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 塩 コンソメ	いちごゼリー お茶	いちごゼリーの素 麦茶
31	土	かぼちゃボーロ お茶	スタミナ焼肉丼 中華スープ フルーツ（みかん缶）	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン 小松菜・えのきだけ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	おやつ(午前)	屋食	主な材料と体内での働き			おやつ(午後)		
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 キャベツの和え物 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 大根・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ ベビースティック お茶	かぼちゃ ＊カルシウム入りベビースティック 麦茶
2	金	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
7	水	野菜ハイハイン お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
8	木	ベビースティック お茶	鶏肉とキャベツの煮物 きゅうりと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 人参・だし昆布	 米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃボーロ 麦茶	バナナ かぼちゃボーロ 麦茶
9	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 キャベツ・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
10	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 白菜のお浸し すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩		
12	月	ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
13	火	かぼちゃボーロ お茶	鶏野菜うどん 小松菜の煮浸し 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
14	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜の和え物 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	 米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃボーロ 麦茶	バナナ かぼちゃボーロ 麦茶
15	木	ベビースティック お茶	鶏肉とブロッコリーの煮物 白菜と玉ねぎのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー 白菜・玉ねぎ チンゲン菜・人参・だし昆布	 米(国産)	だし・醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
16	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 大根の旨煮 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
17	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
19	月	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
20	火	ベビースティック お茶	鶏塩おじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
21	水	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
22	木	かぼちゃボーロ お茶	鶏野菜うどん 胡瓜と人参の煮浸し 白菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
23	金	野菜ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	 米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
24	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油		
26	月	ハイハイン お茶	鶏塩おじや 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶 ハイハイン	さつま芋 麦茶 ハイハイン
27	火	かぼちゃボーロ お茶	鶏そぼろうどん チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 人参の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
28	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
29	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
30	金	ハイハイン お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
31	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	おやつ(午前)	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 キャベツの和え物 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 大根・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ ベビースティック お茶	かぼちゃ ＊カルシウム入りベビースティック 麦茶
2	金	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
7	水	野菜ハイハイン お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
8	木	ベビースティック お茶	鶏肉とキャベツの煮物 きゅうりと人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃボーロ 麦茶	バナナ かぼちゃボーロ 麦茶
9	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 キャベツ・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
10	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 白菜のお浸し すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩		
12	月	ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
13	火	かぼちゃボーロ お茶	鶏野菜うどん 小松菜の煮浸し 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
14	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜の和え物 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃボーロ 麦茶	バナナ かぼちゃボーロ 麦茶
15	木	ベビースティック お茶	鶏肉とブロッコリーの煮物 白菜と玉ねぎのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	ブロッコリー 白菜・玉ねぎ チンゲン菜・人参・だし昆布	米(国産)	だし・醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
16	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 大根の旨煮 蒸しさつま芋	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
17	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
19	月	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
20	火	ベビースティック お茶	鶏塩おじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麴	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
21	水	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
22	木	かぼちゃボーロ お茶	鶏野菜うどん 胡瓜と人参の煮浸し 白菜の煮物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
23	金	野菜ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
24	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油		
26	月	ハイハイン お茶	鶏塩おじや 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶 ハイハイン	さつま芋 麦茶 ハイハイン
27	火	かぼちゃボーロ お茶	鶏そぼろうどん チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 人参の旨煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
28	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
29	木	ベビースティック お茶	鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
30	金	ハイハイン お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
31	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年5月給食だより（離乳初期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	木	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
2	金	1.0倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
7	水	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト 白菜のペースト		だし昆布 人参 白菜	米(国産)	
8	木	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
9	金	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
10	土	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 人参	米(国産)	
12	月	1.0倍がゆ 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		玉ねぎ きゅうり 人参	米(国産)	
13	火	1.0倍がゆ スープ 大根のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 大根 ほうれん草	米(国産)	
14	水	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
15	木	1.0倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
16	金	1.0倍がゆ スープ きゅうりのペースト 人参のペースト		だし昆布 きゅうり 人参	米(国産)	
17	土	1.0倍がゆ スープ キャベツのペースト 人参のペースト		だし昆布 キャベツ 人参	米(国産)	
19	月	1.0倍がゆ スープ 小松菜のペースト キャベツのペースト		だし昆布 小松菜 キャベツ	米(国産)	
20	火	1.0倍がゆ ブロッコリーのペースト 白菜のペースト スープ		ブロッコリー 白菜 だし昆布	米(国産)	
21	水	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
22	木	1.0倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	米(国産)	
23	金	1.0倍がゆ 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		玉ねぎ きゅうり 人参	米(国産)	
24	土	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 人参	米(国産)	
26	月	1.0倍がゆ スープ さつまい芋のペースト 大根のペースト		だし昆布 大根	米(国産) さつまい芋	
27	火	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
28	水	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
29	木	1.0倍がゆ スープ 小松菜のペースト キャベツのペースト		だし昆布 小松菜 キャベツ	米(国産)	
30	金	1.0倍がゆ スープ 人参のペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 人参	米(国産) じゃが芋	
31	土	1.0倍がゆ スープ 小松菜のペースト キャベツのペースト		だし昆布 小松菜 キャベツ	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。