



5月 給食献立表

2025年

日	曜	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	エネルギーたんぱく質
1	木	高野豆腐と野菜の煮物 かぼちゃ男爵コロッケ りんごゼリー	粉乳 ★きな粉トースト	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ 蒸しかまぼこ・脱脂粉乳・きな粉	さといも・オリーブ油・車糖・コロッケ なたね油・食パン・グラニュー糖 マーガリン	にんじん・さやいんげん・ごぼう・大根 生しいたけ・すりおろしりんごゼリー	496kcal 23.0g
2	金	ポークカレー 温野菜 	粉乳 ぶどうゼリー おにぎり煎餅	豚ばら・蒸しかまぼこ・脱脂粉乳	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト ぶどうゼリー・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・ほんしめじ・福神漬 キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶詰 ブロッコリー	464kcal 16.3g
7	水	ローストチキン リョネーズポテト きのこスープ パイナップル	麦茶 元気ヨーグルト 星たべよ煎餅	鶏もも・ベーコン・煮干し	なたね油・じゃがいも・有塩バター 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・生しいたけ ぶなしめじ・えのきたけ・こねぎ パインアップル缶詰	373kcal 16.8g
8	木	魚の照り焼き 春雨とかに蒲鉾の酢の物 豆腐の味噌汁 ピーチゼリー 	粉乳 ☆たこ焼き 	かに風味かまぼこ・鶏卵・わかめ 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・あおのり・かつお節	白身魚・車糖・オリーブ油 普通はるさめ・ごま油・マヨネーズ たこ焼き	きゅうり・にんじん・こねぎ すりおろしピーチゼリー	403kcal 26.2g
9	金	ベーコンクリームシチュー 野菜男爵コロッケ バナナ	粉乳 ★黄桃フルーツサンド	ベーコン・脱脂粉乳・ホイップ クリーム	じゃがいも・コロッケ・なたね油 食パン	たまねぎ・にんじん・はくさい・ぶなしめじ ブロッコリー・スイートコーン・西洋かぼちゃ グリーンピース・バナナ・もも缶詰	493kcal 18.6g
10	土	春雨中華スープ ギョウザ りんごゼリー	牛乳 ミニメロンパン	鶏もも・かに風味かまぼこ・普通牛乳	普通はるさめ・じゃがいも・さといも オリーブ油・餃子・なたね油 メロンパン	にんじん・大根・こまつな・ほんしめじ 生しいたけ・すりおろしりんごゼリー	438kcal 16.7g
12	月	豚肉の生姜焼き ほうれん草のおかか和え たまねぎとわかめのみそ汁 バナナ 	粉乳 ★豆腐ドーナツ	豚ばら・油揚げ・しらす干し かつお節・わかめ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・木綿豆腐・鶏卵 普通牛乳	ごま・車糖・ホットケーキミックス グラニュー糖・なたね油	ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・こねぎ バナナ	498kcal 21.8g
13	火	豆腐ハンバーグ スパソテー かきたま清汁 ピーチゼリー	粉乳 ★ウインナーパイ	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ベーコン・かに風味かまぼこ・煮干し 脱脂粉乳・ウインナー	パン粉・車糖・マカロニ・スパゲッティ オリーブ油・かたくり粉・パイ皮	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・キャベツ ほんしめじ・えのきたけ・こねぎ すりおろしピーチゼリー	473kcal 26.9g
14	水	鶏の唐揚げ 三色ごま和え エノキと人参の味噌汁 パイナップル	粉乳 ★ココア蒸しパン	鶏もも・煮干し・麦みそ・脱脂粉乳 普通牛乳	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま ホットケーキミックス・有塩バター	ほうれんそう・にんじん・りょくとうもやし えのきたけ・こねぎ・パインアップル缶詰	425kcal 21.2g
15	木	白身魚のマヨネーズ焼き キャベツのソテー カレースープ みかん缶	粉乳 ★コーンマヨネーズパン	脱脂粉乳・ベーコン	白身魚・マヨネーズ・オリーブ油 じゃがいも・食パン	たまねぎ・ほんしめじ・キャベツ・にんじん みかん缶詰・スイートコーン	418kcal 23.0g
16	金	チキンミラノ焼き シーフード温野菜 バナナ	粉乳 ★マドレーヌ 	鶏もも・パルメザンチーズ・むきエビ まぐろ缶詰・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳・ホイップクリーム	マヨネーズ・パン粉・ホットケーキミックス 有塩バター・車糖	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・トマト・生しいたけ・こねぎ バナナ	470kcal 24.0g
17	土	チャンポン麺 しゅうまい りんごゼリー	牛乳 バームクーヘン	豚もも・むきエビ・しゅうまい 普通牛乳	中華めん・白湯・オリーブ油 バームクーヘン	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・こねぎ たまねぎ・すりおろしりんごゼリー	449kcal 19.0g
19	月	麻婆豆腐 海老カツ バナナ	粉乳 ★マーブルカップケーキ	豚ひき肉・絹ごし豆腐・蒸しかまぼこ 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	車糖・かたくり粉・オリーブ油 えびフライ・なたね油・ホットケーキミックス 水	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生しいたけ こねぎ・バナナ	489kcal 23.4g
20	火	鶏肉の照り焼き トマトとわかめのサラダ じゃが芋の味噌汁 みかん缶	粉乳 ★黒ごまとチーズ入りクッキー	鶏もも・カットわかめ・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・パルメザンチーズ 鶏卵	車糖・醸造酢・ごま油・じゃがいも 薄力粉・発酵バター・ごま	スイートコーン・トマト・きゅうり・にんじん・こねぎ みかん缶詰	470kcal 24.1g
21	水	ひじき炒め サーモンフライ パイナップル	粉乳 ★フランクソテー	鶏もも・ほしひじき・油揚げ 蒸しかまぼこ・脱脂粉乳 フランクフルト	じゃがいも・車糖・オリーブ油 サーモンフライ	にら・にんじん・パインアップル缶詰	401kcal 22.1g
22	木	白身魚のピザ風焼き 野菜ソテー 卵スープ ピーチゼリー	粉乳 ミニクリームパン	プロセスチーズ・鶏卵・脱脂粉乳	白身魚・こむぎ・オリーブ油 クリームパン	トマト・青ピーマン・たまねぎ・チンゲンサイ ほうれんそう・ほんしめじ・にんじん すりおろしピーチゼリー	398kcal 26.2g
23	金	こいのぼりランチ ハンバーグ スマイルポテト スパサラダ コンソメスープ サイダーゼリー 	麦茶 ロールケーキ(いちご)	ウインナー・牛ひき肉・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・ロースハム	オリーブ油・有塩バター・パン粉 車糖・フライドポテト マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ サイダーゼリー・ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・キャベツ・青ピーマン きゅうり・パセリ	454kcal 14.4g
24	土	豚肉入り野菜スープ チキンナゲット りんごゼリー	牛乳 ココアワッフル	豚もも・普通牛乳	じゃがいも・チキンナゲット・なたね油 ワッフル	キャベツ・たまねぎ・にんじん すりおろしりんごゼリー	402kcal 15.6g
26	月	ハヤシライス 野菜たっぷり温野菜 ヤクルト	粉乳 プッチンプリン ミニサラダ煎餅 	豚もも・蒸しかまぼこ・脱脂粉乳	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト カスタードプリン・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ グリーンピース・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰・ブロッコリー・トマト	422kcal 21.0g
27	火	酢豚 オニオン中華スープ パイナップル	粉乳 ★ジャムサンド 	豚かたロース・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま 食パン・いちごジャム・マーガリン	たまねぎ・にんじん・青ピーマン パインアップル缶詰	410kcal 19.8g
28	水	野菜の田舎煮 メンチカツ バナナ	粉乳 ★焼きカレーパン	鶏もも・厚揚げ・蒸しかまぼこ・麦みそ 脱脂粉乳・普通牛乳・鶏卵・豚ひき肉	さといも・車糖・なたね油 ホットケーキミックス	れんこん・ごぼう・にんじん・さやいんげん 大根・バナナ・たまねぎ	488kcal 23.5g
29	木	魚のムニエル アスパラスパソテー ベーコンスープ みかん缶	粉乳 ★じゃこピザ	鶏卵・ベーコン・脱脂粉乳 エダムチーズ・しらす干し	白身魚・薄力粉・マーガリン マヨネーズ・マカロニ・スパゲッティ オリーブ油・ピザクラスト	たまねぎ・青ピーマン・にんじん ほんしめじ・アスパラガス・こまつな みかん缶詰・キャベツ	482kcal 27.4g
30	金	すり身揚げ 春雨の酢の物 南瓜のみそ汁 ピーチゼリー	粉乳 ★ココアホットケーキ	えそ・木綿豆腐・鶏卵・さつま揚げ わかめ・油揚げ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・普通牛乳・ホイップ クリーム	かたくり粉・こむぎ・車糖・なたね油 普通はるさめ・ごま油・ホットケーキミックス 発酵バター・メープルシロップ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・きゅうり 西洋かぼちゃ・こねぎ すりおろしピーチゼリー	460kcal 22.0g
31	土	カレーうどん いわしあげ りんごゼリー	牛乳 カスタードワッフル	豚ばら・蒸しかまぼこ・ま昆布 かつお節・さつま揚げ・普通牛乳	うどん・オリーブ油・かたくり粉 ワッフル	にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・こねぎ すりおろしりんごゼリー	465kcal 20.8g

(このマークの日はご飯はいりません。)

★は手作りおやつです。

・23日(金)お誕生会…白ご飯はいりません。お米を0.5合持たせてください。
(たんぽぽ・つくし・ひまわり)

