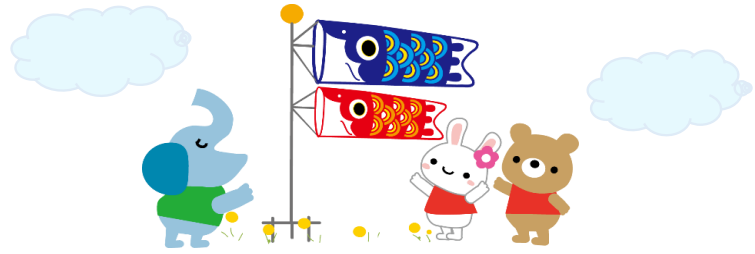


2025年5月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
1	木	カレーピラフ 三色ナムル 麴のみそ汁 【豆腐のみそ汁】	パウムクーヘン	牛肉 みそ わかめ 牛乳	米 ごま 麴 小麦粉	人参 たまねぎ ピーマン もやし きゅうり
2	金	ハンバーグ かぼちゃサラダ コンソメスープ【米飯】 ふりかけご飯 フルーツ	柏餅風 蒸しパン	豚肉 ベーコン わかめ 牛乳	じゃがいも 米 蒸しパン粉	かぼちゃ 人参 きゅうり たまねぎ フルーツ
3	土	憲法記念日				
5	月	こどもの日				
6	火	振替休日				
7	水	チキンカツ オーロラサラダ 七分つきご飯【米飯】 新たまねぎのみそ汁	ちんすこう	鶏肉 みそ わかめ 牛乳	パン粉 米 小麦粉	キャベツ 人参 きゅうり たまねぎ
8	木	白身魚のカレーマヨ焼き 米飯 新たまサラダ 新じゃがのみそ汁 フルーツ お誕生日会	おかか おにぎり	白身魚 みそ わかめ 花かつお 牛乳	米 じゃがいも ごま	キャベツ たまねぎ 人参 フルーツ
9	金	ごぼとん丼 小松菜とツナの和え物 豆腐のすまし汁	プリン	豚肉 シーチキン 豆腐 わかめ 牛乳	米 ごま	人参 たまねぎ ごぼう 小松菜 白菜 いんげん
10	土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 フルーツ	せんべい	シーチキン 牛乳	食パン スティックパン	人参 きゅうり キャベツ フルーツ
12	月	そぼろチャーハン ドレッシングサラダ ウインナー 豆腐とわかめの中華スープ	いちご風味 蒸しパン	豚肉 ウインナー 豆腐 わかめ 牛乳	米 蒸しパン粉 いちごジャム	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり
13	火	ポテトコロッケ れんこんサラダ わかめご飯 春キャベツとうす揚げのみそ汁 カミカミデー	干しいも とおかし	シーチキン わかめ うす揚げ みそ 牛乳	じゃがいも パン粉 米 ごま さつまいも	れんこん 人参 きゅうり キャベツ
14	水	きつねうどん (きつね煮込みうどん) ハッシュドポテト フルーツ	鮭おにぎり	うす揚げ かまぼこ わかめ 鮭 牛乳	うどん じゃがいも 米 ごま	人参 しいたけ フルーツ
15	木	手羽元のさっぱり煮 ごま和え【おひたし】 米飯 豆腐のみそ汁 フルーツ	バナナケーキ	鶏肉 豆腐 みそ わかめ 牛乳 豆乳	ごま 米 ホットケーキミックス	生姜 小松菜 人参 白菜 フルーツ バナナ
16	金	ポークカレーライス キャベツとツナのサラダ フルーツ	ウエハース とおかし	豚肉 シーチキン 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり フルーツ
17	土	あんぱん スティックパン 牛乳 フルーツ	ビスケット	牛乳	小麦粉 スティックパン	小豆 フルーツ
19	月	白身魚の西京焼き ラップおにぎり おひたし かぼちゃのみそ汁 食育の日	りんごジャム サンド	白身魚 みそ わかめ 牛乳	米 食パン りんごジャム	小松菜 白菜 人参 かぼちゃ
20	火	マーボー丼 中華春雨サラダ 新たまねぎのみそ汁	マカロニ あべかわ	鶏肉 みそ わかめ きなこ 牛乳	米 片栗粉 春雨 マカロニ	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
21	水	チキン南蛮 コールスローサラダ 豆腐のみそ汁 ゆかりご飯【米飯】 ご当地料理	丸ぼうろ	鶏肉 豆腐 みそ わかめ 卵 牛乳	片栗粉 米 ごま 小麦粉	生姜 キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし たまねぎ
22	木	筑前煮 七分つきご飯【米飯】 麴のみそ汁 フルーツ	お楽しみ おやつ	鶏肉 ちくわ みそ わかめ 牛乳	じゃがいも 米 麴	人参 たまねぎ こんにゃく たけのこ さやいんげん フルーツ
23	金	春野菜豆乳クリームシチュー 食パン ひじきマヨドレサラダ フルーツ	スイスロール	鶏肉 豆乳 ひじき 牛乳	米 じゃがいも 食パン 小麦粉 生クリーム	人参 たまねぎ キャベツ アスパラガス きゅうり フルーツ
24	土	ミートサンド スティックパン 牛乳 フルーツ	おかし	豚肉 牛乳	片栗粉 食パン スティックパン	人参 たまねぎ フルーツ
26	月	チキンライス 和風マヨサラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	フレンチ トースト	鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳	米 食パン	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり フルーツ
27	火	メンチカツ マカロニサラダ わかめご飯 かぼちゃのみそ汁	きなこ マフィン	豚肉 わかめ みそ きなこ 牛乳 豆乳 大豆	パン粉 マカロニ 米 ごま ホットケーキミックス	キャベツ 人参 きゅうり かぼちゃ
28	水	豚肉と野菜の中華麺 (野菜煮込みうどん) 蒸しシューマイ【さつまいもの煮物】 焼き春巻き フルーツ	わかめ おにぎり	豚肉 なんと わかめ 牛乳	中華そば ごま 小麦粉 米	人参 白菜 もやし フルーツ
29	木	すきやき風煮物 麦ごはん【米飯】 春キャベツのみそ汁 フルーツ	お楽しみ おやつ	牛肉 大豆 みそ 牛乳	米 麴 生クリーム	人参 たまねぎ 白菜 こんにゃく 小松菜 キャベツ フルーツ
30	金	ハヤシライス 春雨サラダ フルーツ	ドーナツ	豚肉 牛乳	米 じゃがいも 春雨 小麦粉	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり フルーツ
31	土	ハムマヨパン スティックパン 牛乳 フルーツ	せんべい	ハム 牛乳	小麦粉 スティックパン	フルーツ

() 内は基準値

5月平均		エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	未満児	484 (490) Kcal	16.9 (18.0) g	16.0 (15.0) g	1.4 (1.5) g
	3歳以上	580 (580) Kcal	21.1 (21.0) g	19.8 (17.0) g	1.7 (1.6) g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。
※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。
※()はひよこ組・りす組の献立です。【 】はひよこ組の献立です。

～ 今月のご当地デーです。～

宮崎県の「チキン南蛮」と佐賀県の「丸ぼうろ」です。

「チキン南蛮」は昭和30年代に延岡市内の洋食店で賄(まかな)い料理として作られたのが
始まりとされています。
昭和40年代には、時折家族で出かける外食のご馳走メニューとして浸透し、やがて学校給食や
家庭料理、県内全域で飲食店のメニューとして普通に見られるようになりました。



「丸ぼうろ」は佐賀県佐賀市を代表する銘菓のひとつです。ポーロと同じく小麦粉、卵、砂糖の3つの
材料が基本となります。
固そうに見えますが、ソフトクッキーに近いです。

