

令和7年度

5月献立表

認定こども園モモ

日 曜日		3～5歳児 幼児食		2歳児 うめ乳児食		1歳児 かりん乳児食	
1 ・ 15 ・ 29	木	昼	大豆入りミートソーススパゲッティ ポテトフライ	大豆入りミートソースリゾット こふき芋	大豆入りミートソースリゾット こふき芋		
		おやつ	かてめし(郷土料理)	かてめしの野菜ご飯	かてめしの野菜ご飯		
2 ・ 16 ・ 30	金	昼	雑穀ご飯 麻婆春雨 キャベツともやしの味噌汁 2日柏餅16日旬の果物30日かぶの味噌汁	春雨の野菜ご飯 味噌汁	春雨の野菜ご飯 味噌汁		
		おやつ	ぶどうゼリー・ビスケット	ぶどうゼリー・クッキー	ぶどうゼリー・クッキー		
17 ・ 31	土	昼	鶏挽き肉とひじきの炊き込みご飯 青海苔ポテト 油揚げとえのきの味噌汁	鶏挽き肉とひじきの野菜ご飯 青海苔ポテト 味噌汁	鶏挽き肉とひじきの野菜ご飯 青海苔ポテト 味噌汁		
		おやつ	プルーン・クッキー	プルーン・クッキー	プルーン・クッキー		
19	月	昼	季節野菜のカレーライス 春雨の胡麻サラダ	季節野菜のカレーリゾット 春雨の胡麻サラダ	季節野菜のカレーリゾット 春雨の胡麻サラダ		
		おやつ	にゅうめん	油揚げの野菜ご飯	油揚げの野菜ご飯		
20	火	昼	雑穀ご飯 鶏挽き肉と生揚げの煮物 バナナ	鶏挽肉と生揚げの野菜ご飯 バナナ	鶏挽肉と生揚げの野菜ご飯 バナナ		
		おやつ	メープルクッキー	メープルクッキー	メープルクッキー		
7 ・ 21	水	昼	雑穀ご飯 かじきの煮付け 切干大根と高野豆腐の煮物 キャベツとえのきの味噌汁	切干大根と高野豆腐の野菜ご飯 かじきの煮付け 味噌汁	切干大根と高野豆腐の野菜ご飯 かじきの煮付け 味噌汁		
		おやつ	7日プルーン/21日元気パン・豆乳スープ	7日プルーン/21日きな粉ラスク・豆乳スープ	7日プルーン/22日きな粉ラスク・豆乳スープ		
8 ・ 22	木	昼	和風カレーうどん 柑橘類	和風カレーリゾット 柑橘類	和風カレーリゾット 柑橘類		
		おやつ	石垣団子	ふかし芋	ふかし芋		
9 ・ 23	金	昼	雑穀ご飯 ポークビーンズ コールスロー 9日スナッペンエンドウ23日ゆでブロッコリー	大豆入り野菜ご飯 コールスロー	大豆入り野菜ご飯 コールスロー		
		おやつ	レーズン入り黒糖蒸しパン	レーズン入り黒糖蒸しパン	レーズン入り黒糖蒸しパン		
10 ・ 24	土	昼	チキンライス スパゲッティサラダ しめじとコーンのスープ	チキンライスリゾット スパゲッティサラダ スープ	チキンライスリゾット スパゲッティサラダ スープ		
		おやつ	米ぼん	米ぼん	米ぼん		
12 ・ 26	月	昼	雑穀ご飯 八宝菜 胡瓜の甘酢漬	八宝菜の野菜ご飯 胡瓜の甘酢漬	八宝菜の野菜ご飯 胡瓜の甘酢漬		
		おやつ	りんごゼリー・せんべい	りんごゼリー・せんべい	りんごゼリー・せんべい		
13 ・ 27	火	昼	雑穀ご飯 鶏肉の豆乳カレーシチュー バナナ	鶏挽き肉の豆乳カレーシチューリゾット バナナ	鶏挽き肉の豆乳カレーシチューリゾット バナナ		
		おやつ	バナナケーキ	バナナケーキ	バナナケーキ		
14 ・ 28	水	昼	雑穀ご飯 鮭の野菜あんかけ 油揚げとえのきの味噌汁	油揚げの野菜ご飯 鮭の塩焼き 味噌汁	油揚げの野菜ご飯 鮭の塩焼き 味噌汁		
		おやつ	芋けんぴ・豆乳スープ	おせんべい・豆乳スープ	おせんべい・豆乳スープ		
平均栄養価		3～5歳児		2歳児		1歳児	
		エネルギー	440 kcal	エネルギー	400 kcal	エネルギー	390 kcal
		たん白	17.2 g	たん白	12.9 g	たん白	12.4 g
		脂質	10.0 g	脂質	8.7 g	脂質	8.6 g
		炭水化物	74.0 g	炭水化物	69.9 g	炭水化物	67.8 g
		食塩	0.8 g	食塩	0.8 g	食塩	0.8 g

*1～2歳の栄養価には補食の午前おやつが含まれています。

*3～5歳の手作りおやつは太字で記しています。

*飲み物は通常、麦茶となります。水曜日のおやつは豆乳がでます。

*都合により献立が変更になる際はご連絡します。