

5月献立表

2024年度

富士吉田市立病院保育所にじいろ

日付	献立名	材料名	おやつ	
			○午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 ()は3歳未満児
01水	ご飯 キャベツのおみそ汁 さばの照り焼き いんげんのソテー グレープフルーツ	牛乳、/ばりんこ、/米、/かつおだし汁、キャベツ、じゃがいも、米みそ(甘みそ)、/さば、しょうゆ、みりん、砂糖、/油、いんげん、にんじん、コーン(冷凍)、食塩、/グレープフルーツ、/牛乳、/米、米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、すりごま、	○牛乳 ○ばりんこ ●牛乳 ●五平餅	508(436) 19.7(17.0) 13.5(12.5) 0.9(0.8)
02木	ピースご飯 かぶとのハンバーグ だいごんのおみそ汁 コールスローサラダ バナナ	牛乳、/クラッカー、/米、グリーンピース、ケチャップ、/豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、にんじん、ケチャップ、/かつおだし汁、だいごん、ねぎ、カットわかめ、米みそ(甘みそ)、/キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、マヨネーズ、/バナナ、/麦茶、/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、豆乳、卵、油、	○牛乳 ○クラッカー ●麦茶 ●アメリカンドッグ	582(497) 22.5(20.1) 23.3(20.6) 1.4(1.2)
03金	 憲法記念日 お休み			
04土	 みどりの日 お休み			
06月	 振替休日 お休み 			
07火	ご飯 もやしのおみそ汁 炒り豆腐 磯辺じゃが オレンジ	牛乳、/たべっこベイビー、/米、/かつおだし汁、もやし、なす、米みそ(甘みそ)、/油、豚肉(もも)、木綿豆腐、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、いんげん、/じゃがいも、米粉、あおのり、食塩、水、油、/オレンジ、/麦茶(濃出液)、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、バナナ、	○牛乳 ○たべっこベイビー ●麦茶 ●バナナケーキ	443(414) 14.2(13.9) 10.9(12.9) 0.9(0.8)
08水	ご飯 わかめスープ かじきのコーンマヨ焼き フロッコリーゆかりサラダ りんご	牛乳、/甘辛ソフトせんべい、/米、/かつお・昆布だし汁、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、ごま、しょうゆ、食塩、/かじき、食塩、マヨドレ(ノエッグマヨネーズ)、コーン(冷凍)、/フロッコリー、きゅうり、もやし、カルシウムふりかけ ゆかり、/りんご、/牛乳、/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、豆乳、	○牛乳 ○甘辛ソフトせんべい ●牛乳 ●セサミクッキー	478(427) 18.7(17.7) 13.8(14.0) 1.1(1.0)
09木	ご飯 ほうれんそうのスープ さけのクリームソース かぼちゃのソテー グレープフルーツ	牛乳、/おととと、/米、/かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、だいごん、えのきたけ、しょうゆ、食塩、/さけ、食塩、米粉、油、たまねぎ、米粉、豆乳、鶏がらスープの素、食塩、パセリ粉、/油、かぼちゃ、にんじん、グリーンアスパラガス、食塩、/グレープフルーツ、/牛乳、/米粉、砂糖、ベーキングパウダー、豆乳、油、豆乳チーズ、	○牛乳 ○おととと ●牛乳 ●チーズ蒸しパン	499(441) 22.6(20.8) 14.4(13.9) 1.4(1.3)
10金	ご飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き ごまつなの納豆和え バナナ	牛乳、/ふんわりコーン、/米、/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、米みそ(甘みそ)、/鶏むね肉、カルシウムふりかけ ゆかり、みりん、米粉、/ごまつな、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油、/バナナ、/牛乳、/食パン、無塩バター、砂糖、小麦粉、	○牛乳 ○ふんわりコーン ●牛乳 ●メロンパントースト	535(476) 23.3(21.2) 11.2(12.5) 1.1(0.9)
11土	 お休み			
13月	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 ゼリーフライ フロッコリーののり和え グレープフルーツ	牛乳、/たべっこベイビー、/米、/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、米みそ(甘みそ)、/油、じゃがいも、あから、ねぎ、米粉、水、ウスターソース、/フロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、鶏ささ身、ごま油、食塩、のり、/グレープフルーツ、/牛乳、/水、かんでん(粉)、砂糖、もも缶、レモン果汁、/クラッカー、	○牛乳 ○たべっこベイビー ●牛乳 ●ももゼリー、クラッカー	499(439) 15.7(14.7) 10.8(11.0) 0.8(0.8)
14火	ご飯 ごぼうのおみそ汁 さばの塩焼き 千層餅 りんご	牛乳、/アスパラガス、/米、/かつおだし汁、ごぼう、たまねぎ、にんじん、米みそ(甘みそ)、/さば、食塩、/千層餅、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ、ごま、/りんご、/牛乳、/絹ごし豆腐、砂糖、きな粉、片栗粉、	○牛乳 ○アスパラガス ●牛乳 ●きなこもち	488(437) 21.6(20.0) 15.6(15.7) 0.8(0.7)
15水	ご飯 キャベツのおみそ汁 ミートローフ いんげんのソテー グレープフルーツ	牛乳、/ばりんこ、/米、/かつおだし汁、キャベツ、じゃがいも、米みそ(甘みそ)、/鶏ひき肉、絹ごし豆腐、ひじき、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、/油、いんげん、にんじん、コーン(冷凍)、食塩、/グレープフルーツ、/牛乳、/米、米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、すりごま、	○牛乳 ○ばりんこ ●牛乳 ●五平餅	509(447) 18.5(17.1) 12.0(12.0) 0.9(0.8)
16木	フルコギ丼 千層餅 じゃがいもとしらすのサラダ オレンジ	牛乳、/クラッカー、/米、/はるさめ、豚肉(もも)、たまねぎ、にら、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、米みそ(甘みそ)、ごま油、片栗粉、/水、鶏がらスープの素、千層餅、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、グリーンアスパラガス、しらす干し、砂糖、酢、食塩、油、/オレンジ、/牛乳、/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、豆乳、卵、油、	○牛乳 ○クラッカー ●牛乳 ●アメリカンドッグ	506(451) 22.1(20.5) 15.9(15.8) 1.4(1.3)

5月献立表



日付	献立名	材料名	おやつ	
			○午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 ()は3歳未満児
17金	たけのご飯 たまねぎのおみそ汁 さわらとごぼうの煮付け こまつなの土佐酢和え バナナ	牛乳、/ハッピーターン、/米、さんぷ(だし用)、たけのご、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、食塩、/かつおだし汁、たまねぎ、しめじ、油揚げ、米みそ(甘みそ)、/さわら、ごぼう、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、水、/こまつな、だいこん、にんじん、砂糖、食塩、酢、しょうゆ、かつお節、/バナナ、/麦茶(濃出液)、/きゅうり、ごま油、おろししょうが、おろしにんにく、たまねぎ、豚ひき肉、すりごま、砂糖、酢、米みそ(甘みそ)、みりん、水、鶏がらスープの素、ゆで中華めん、	○牛乳 ○ハッピーターン ●麦茶 ●ジャージャー麺	435(410) 19.1(18.4) 8.6(11.4) 1.3(1.2)
18土	 <h2 style="font-size: 2em;">お休み</h2> 			
20月	ご飯 えんどうのおみそ汁 かれのい若草焼き かぼちゃのくず煮 グレープフルーツ	牛乳、/サッポロポテト、/米、/かつおだし汁、スナッフえんどう、にんじん、たまねぎ、米みそ(甘みそ)、/かれい、食塩、フロッコリー、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、/かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)、片栗粉、/グレープフルーツ、/牛乳、/さつまいも、砂糖、無塩バター、牛乳、	○牛乳 ○サッポロポテト ●牛乳 ●スイートポテト	458(410) 18.9(17.8) 8.1(9.3) 0.8(0.8)
21火	ご飯 もやしのおみそ汁 炒り豆腐 磯辺じゃが オレンジ	牛乳、/たべっこベイビー、/米、/かつおだし汁、もやし、なす、米みそ(甘みそ)、/油、豚肉(もも)、木綿豆腐、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、いんげん、/じゃがいも、米粉、あおのり、食塩、水、油、/オレンジ、/牛乳、/りんご、砂糖、油、/クラッカー、	○牛乳 ○たべっこベイビー ●牛乳 ●焼きりんご、クラッカー	479(428) 17.0(15.4) 13.3(14.1) 1.1(0.9)
22水	ご飯 わかめスープ かじきのコーンマヨ焼き フロッコリーゆかりサラダ りんご	牛乳、/甘辛ソフトせんべい、/米、/かつお・昆布だし汁、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、ごま、しょうゆ、食塩、/かじき、食塩、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、コーン(冷凍)、/フロッコリー、きゅうり、もやし、カルシウムふりかけ ゆかり、/りんご、/牛乳、/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、豆乳、	○牛乳 ○甘辛ソフトせんべい ●牛乳 ●セサミクッキー	478(427) 18.7(17.7) 13.8(14.0) 1.1(1.0)
23木	ご飯 ほうれんそうのスープ さけのクリームソース かぼちゃのソテー グレープフルーツ	牛乳、/おとっと、/米、/かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、だいこん、えのきたけ、しょうゆ、食塩、/さけ、食塩、米粉、油、たまねぎ、米粉、豆乳、鶏がらスープの素、食塩、/バター粉、/油、かぼちゃ、にんじん、グリーンアスパラガス、食塩、/グレープフルーツ、/牛乳、/米粉、砂糖、ベーキングパウダー、豆乳、油、豆乳チーズ、	○牛乳 ○おとっと ●牛乳 ●チーズ蒸しパン	499(441) 22.6(20.8) 14.4(13.9) 1.4(1.3)
24金	ご飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き こまつなの納豆和え バナナ	牛乳、/ふんわりコーン、/米、/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、米みそ(甘みそ)、/鶏むね肉、カルシウムふりかけ ゆかり、みりん、米粉、/こまつな、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油、/バナナ、/麦茶(濃出液)、/米、蒸し大豆、黒ごま、食塩、	○牛乳 ○ふんわりコーン ●麦茶 ●やこめ	467(431) 19.2(18.4) 3.7(7.1) 0.9(0.7)
25土	 <h2 style="font-size: 2em;">お休み</h2> 			
27月	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 ゼリーフライ フロッコリーのり和え グレープフルーツ	牛乳、/たべっこベイビー、/米、/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、米みそ(甘みそ)、/油、じゃがいも、おから、ねぎ、米粉、水、ウスターソース、/フロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、鶏ささ身、ごま油、食塩、のり、/グレープフルーツ、/牛乳、/水、かんでん(粉)、砂糖、もも缶、レモン果汁、/クラッカー、	○牛乳 ○たべっこベイビー ●牛乳 ●ももゼリー、クラッカー	499(439) 15.7(14.7) 10.8(11.0) 0.8(0.8)
28火	ご飯 ごぼうのおみそ汁 さばの塩焼き 千ゲンサイのごま和え りんご	牛乳、/アスパラガス、/米、/かつおだし汁、ごぼう、たまねぎ、にんじん、米みそ(甘みそ)、/さば、食塩、/千ゲンサイ、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ、ごま、/りんご、/牛乳、/絹ごし豆腐、砂糖、きな粉、片栗粉、	○牛乳 ○アスパラガス ●牛乳 ●きなこもち	488(437) 21.6(20.0) 15.6(15.7) 0.8(0.7)
29水	ご飯 キャベツのおみそ汁 ミートローフ いんげんのソテー グレープフルーツ	牛乳、/ほりんご、/米、/かつおだし汁、キャベツ、じゃがいも、米みそ(甘みそ)、/鶏ひき肉、絹ごし豆腐、ひじき、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、/油、いんげん、にんじん、コーン(冷凍)、食塩、/グレープフルーツ、/牛乳、/米、米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、すりごま、	○牛乳 ○ほりんご ●牛乳 ●五平餅	509(447) 18.5(17.1) 12.0(12.0) 0.9(0.8)
30木	フルコギ丼 千ゲンサイのスープ じゃがいもとしらすのサラダ オレンジ	牛乳、/クラッカー、/米、はるさめ、豚肉(もも)、たまねぎ、にら、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、米みそ(甘みそ)、ごま油、片栗粉、/水、鶏がらスープの素、千ゲンサイ、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、グリーンアスパラガス、しらす干し、砂糖、酢、食塩、油、/オレンジ、/牛乳、/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、豆乳、卵、油、	○牛乳 ○クラッカー ●牛乳 ●アメリカンドッグ	506(451) 22.1(20.5) 15.9(15.8) 1.4(1.3)
31金	たけのご飯 たまねぎのおみそ汁 さわらとごぼうの煮付け こまつなの土佐酢和え バナナ	牛乳、/ハッピーターン、/米、さんぷ(だし用)、たけのご、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、食塩、/かつおだし汁、たまねぎ、しめじ、油揚げ、米みそ(甘みそ)、/さわら、ごぼう、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、水、/こまつな、だいこん、にんじん、砂糖、食塩、酢、しょうゆ、かつお節、/バナナ、/麦茶(濃出液)、/きゅうり、ごま油、おろししょうが、おろしにんにく、たまねぎ、豚ひき肉、すりごま、砂糖、酢、米みそ(甘みそ)、みりん、水、鶏がらスープの素、ゆで中華めん、	○牛乳 ○ハッピーターン ●麦茶 ●ジャージャー麺	435(410) 19.1(18.4) 8.6(11.4) 1.3(1.2)

○食材仕入れに都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

○幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試しください。

○保育園で使用しているマヨネーズ・ホットケーキミックス・カレールー・焼きそば・ベーコン・ハム・ウインナーは卵・乳不使用の食材を使用しています。

2日	子どもの日メニュー (ピースご飯・かぶとのハンバーグ・だいごんのおみそ汁・コールスローサラダ・バナナ)	5月平均栄養量
7日	お誕生日会 (バナナケーキ) 17日 食育 (野菜の苗植え) 24日 郷土食 (やこめ)	486(435)Kcal
		19.4(18.1)g
		12.4(12.9)g
		1.1(1.0)g