



令和 07 年 5 月 予定献立表



五所川原こども園

日 曜	副 食 (未 満 児 11:15 / 以 上 児 11:30)	午 後 の お や つ	エネルギー (以上児)	備 考	離 乳 食 (0 歳 児)
1 (木)	フルコギ風炒め きゅうりの中華和え フルーツゼリー みそ汁 (大根・きざみこうや)	せんべい 牛乳	598		おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト だいこんのみそ汁
2 (金)	かれいの煮付け ひじきサラダ ヨーグルト みそ汁 (あつあげ・玉ねぎ・花ふ)	ビスケット 牛乳	595		おかゆ かれいとにんじんの煮物 ヨーグルト たまねぎのみそ汁
7 (水)	山菜うどん アスパラガスとウインナーソーテー こどもの日デザート のり佃煮	かぶとパイ 牛乳	585	※こども の日の集い	おかゆ やさいうどん ヨーグルト
8 (木)	肉豆腐 おくら納豆 フルーツゼリー みそ汁 (たけのこ・わかめ・油あげ)	せんべい 牛乳	590		おかゆ 肉どうふ風煮 ヨーグルト やさいのみそ汁
9 (金)	♡愛情弁当の日♡ フルーツポンチ 豚汁	赤飯 麦茶	240	※ 母の日礼拝	おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 バナナ だいこんのみそ汁
10 (土)	若鶏三色巻き チョレギサラダ お楽しみデザート 春雨スープ	せんべい やさいジュース	584		おかゆ とり肉とにんじんの煮物 ヨーグルト こまつなのみそ汁
12 (月)	とり肉のごま照り焼き 小松菜のなめたけ和え バナナ みそ汁 (とうふ・ねぎ・油あげ)	たいやき ジョア	595		おかゆ とり肉とこまつなの煮物 バナナ とうふのみそ汁
13 (火)	さわらの竜田揚げ わかめの酢の物 フルーチェ みそ汁 (玉ねぎ・しめじ・きざみこうや)	スイートポテト 牛乳	593		おかゆ しらすとやさいの煮物 ヨーグルト たまねぎのみそ汁
14 (水)	スパゲッティミートソース コーンサラダ ふりかけ フルーツゼリー コンソメスープ(チンゲン菜・ベーコン)	せんべい 牛乳	598		おかゆ ひき肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト ちんげんさいスープ
15 (木)	ぶた肉とたけのこの炒め物 マカロニサラダ お楽しみデザート みそ汁 (まいたけ・もやし)	ココア蒸しパン 牛乳	601	※	おかゆ ぶた肉とにんじんの煮物 ヨーグルト もやしのみそ汁
16 (金)	ポークカレー 福神漬け じゃこサラダ ヨーグルト 麦茶	せんべい 牛乳	598		おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
17 (土)	カレーライス チキンナゲット バナナ やさいジュース	せんべい やさいジュース	537		おかゆ とり肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト 麦茶
19 (月)	レモンチキンステーキ 切干大根ケチャップ マスカットゼリー みそ汁 (玉ねぎ・ほうれん草)	コーンフレーク 牛乳	594		おかゆ とり肉とにんじんの煮物 ヨーグルト ほうれん草のみそ汁
20 (火)	焼き魚 (さば) 五目きんぴら もも缶 みそ汁 (あつあげ・えのき)	お好み焼き 牛乳	599	※	おかゆ しらすときゃべつの煮物 ヨーグルト やさいのみそ汁
21 (水)	チーズ納豆 チキンナゲット ヨーグルト ギョウザスープ	バナナ 牛乳	609		おかゆ ほうれん草納豆 ヨーグルト ちんげんさいスープ
22 (木)	クリームシチュー ハムサラダ 麦茶 ★オレンジゼリー★	肉まん ジョア	602		おかゆ とり肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
23 (金)	五目焼きそば もやしナムル りんごゼリー わかめスープ ふりかけ	丸パン 牛乳	601		おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト もやしスープ
24 (土)	さけのみそ焼き コールスローサラダ お楽しみデザート みそ汁 (じゃがいも・しめじ)	せんべい やさいジュース	561		おかゆ さけときゃべつの煮物 ヨーグルト じゃがいものみそ汁
26 (月)	タンダリー風チキン わかめサラダ 豆乳フリン みそ汁 (とうふ・なめこ)	ふかし芋 牛乳	572		おかゆ とり肉とにんじんの煮物 ヨーグルト とうふのみそ汁
27 (火)	煮込み風ハンバーグ レタスサラダ バナナ みそ汁 (大根・えのき・油あげ)	フルーツサンド 牛乳	598	※	おかゆ ひき肉とたまねぎの煮物 バナナ だいこんのみそ汁
28 (水)	焼き魚 (ほっけ) 切りこんぶのやわらか煮 ヨーグルト みそ汁 (さといも・玉ねぎ・まめふ)	クラッカー 牛乳	569	食育	おかゆ さけとにんじんの煮物 ヨーグルト たまねぎのみそ汁
29 (木)	五目野菜みそラーメン フロコリーのごま和え フルーツゼリー のり佃煮	レーズンケーキ 牛乳	601	※	おかゆ やさいうどん ヨーグルト
30 (金)	ウインナーじゃが ちくわのいそべ天ぷら ヨーグルト みそ汁 (小松菜・きざみこうや)	せんべい やさいジュース	593		おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト こまつなのみそ汁
31 (土)	赤魚のカレーパン粉焼き 春雨サラダ フルーツゼリー みそ汁 (とうふ・ほうれん草)	せんべい やさいジュース	581		おかゆ しらすとにんじんの煮物 ヨーグルト とうふのみそ汁

※0歳児については、月齢に応じた離乳食を作ります。未満児は完全給食(ごはん、デザートを含む)です。 ※は、手づくりおやつの日です。

※エネルギー(以上児)はごはん 110gで計算しています。

※骨なしの魚を使用しておりますが、まれに骨が残っていることがあります。気をつけて食べてください。



28日の食育では食器の持ち方や置き方についてみんなで学びたいと思います！



5月7日(水)はこどもの日の集いに合わせ、給食やおやつにこいのぼりやかぶとが登場します！
お楽しみに♪



愛情弁当の日のお知らせ

5月9日(金)

※窒息・誤嚥防止のため、ミニトマト等の球形のものを入れる際は4等分に切ってくださるようお願いいたします。

※汁物とデザートは提供いたします。



入園・進級から1カ月が経ち、少しずつ新しい生活にも慣れ、お友だちとの給食やおやつ時間も楽しく過ごせるようになってきたこどもたちですが、一方で疲れが出てくる頃でもあります。大型連休もありますので、生活リズムや体調管理に気をつけしっかり睡眠をとり楽しい毎日にしたいですね♪
「早寝・早起き・朝ごはんを食べる」を心がけていきましょう◎

