

2025年度 5月 給食だより

愛和保育園



入園、進級して1ヶ月が経ちました。新入園園さんも園の給食に少しづつ慣れ、笑顔を見せてくれるようになりました。そしてこの時期、子どもたちは新しい環境に慣れてきたと同時に少し疲れも出て体調を崩しやすい季節でもあります。十分な睡眠をとり、朝ごはんを食べて元気に登園してくださいね。さて、5月5日は「こどもの日」。子どもたちの健やかな成長を願う日です。保育園では5月2日にこいのぼりに見立てたご飯や唐揚げなど「こどもの日ランチ」を予定しています。みんなで楽しくお祝いしましょう。



赤黄緑の食をバランスよく!

食べ物は、それぞれ大切な働きをもっています。
次の3つのグループの食品を好き嫌いせず
バランス良くなべましょう。

きいろのたべもの
【熱や力になる】
ごはん・パン・うどん
そば・じゃがいも
砂糖・油 等

あかのたべもの
【血や肉になる】
鶏肉・豚肉・牛肉
魚・牛乳・たまご
みそ・チーズ等

みどりのたべもの
【体の調子を整える】
キャベツ・たまねぎ
ほうれん草・トマト
みかん・りんご等

今月の1日の平均	エネルギー 523	たんぱく質 21	脂質 18	カルシウム 292
基準値	エネルギー 500	たんぱく質 18	脂質 15	カルシウム 225

日付	献立名	材料名	○(熱や力になる) 血や肉や骨になるもの ○(体の調子を整えるもの)	○(おやつ)	日付	献立名	材料名	○(熱や力になる) 血や肉や骨になるもの ○(体の調子を整えるもの)	○(おやつ)	
01 木	御飯、鯖のバーナン餅焼 き、ソラヒゴボウの甘辛炒 め、なすの味噌汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦 粉、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、さわら ー、○チーズ、米みそ(淡色 辛みそ)、ソラヒゴボウ、 バター	にんじん、こまつな、な す、ごぼう、ねぎ	19 月	御飯、鯖のバーナン餅焼 き、ソラヒゴボウの甘辛炒 め、なすの味噌汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦 粉、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、さわら ー、米みそ(淡色辛みそ)、ソ ラヒゴボウ、バター	にんじん、こまつな、な す、ごぼう、ねぎ	
02 金	☆子どもの日ランチ☆、こ いのぼりパレード、鶏のカレー 唐揚げ完了期鶏肉の照り 煮、スパゲティーサラダ、野 菜スープ	米、○小麦粉、さつまい も、スパゲティー、ケ チャップ、マヨソース、○ガ ルニユー糖、油、片栗粉、 しょうゆ、コソソメ、砂糖、 すし酢、食塩、カレー粉	○牛乳、○牛乳、鶏もも 肉、○チキン、ベーコン、 ハム、チーズ、バター	たまねぎ、きゅうり、キャベ ツ、にんじん、しめじ、焼 きのり	20 火	御飯、チキン南蛮(完了期: 鶏肉の照り煮)、キャベツの ゆかり和え、長いもモリカメの すまじけ	米、なかもい、片栗粉、 油、しょうゆ、マヨソース、す し酢、三温糖、食塩	○牛乳、○牛乳、鶏もも 肉	キャベツ、○いちご、にん じん、えのきだけ、万能ね ぎ、たまねぎ、カットわか め	
07 水	ハヤシライス、ひじきのマリ ネ	米、じやかひも、ケチャッ プ、小麦粉、すし酢、ウス ターソース、三温糖、油、 しょうゆ、食塩、コンソメ	○牛乳、○牛乳、牛丼(も の)、バター、ソラヒゴボウ	たまねぎ、だいこん、にん じん、ひじき	21 水	肉みそ丼、切干大根とカニ カマのサラダ、チキン丼と もやしの中華スープ	米、○片栗粉、○黒砂 糖、すし酢、砂糖、中華 だしの素、しょうゆ、油、○ 砂糖	○牛乳、○牛乳、豚ひき 肉、にんじん、きゅうり、もや し、しらたけ、たけのこ(ゆ で)、切り干したこい ん、またけ、いんげん○ 干しうどり	○牛乳、○ビスコ、○ みるく、○レーズン	
08 木	御飯、豚肉のごま照り焼き	米、○食パン、しょうゆ、 小麦粉、みりん、砂糖、 ○マヨドレ	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、生姜、○とじる チーズ、米みそ(淡色辛 みそ)、黒ごま	こまつな、○ブルーン、か ほちゃん、はくさい、たまね ぎ、にんじん、万能ねぎ、 ○焼きのり	22 木	御飯、豚肉のごま照り焼き	米、○小麦粉、○さつま いも、○砂糖、しょうゆ、 小麦粉、○ガルニユ ー糖、みりん、砂糖	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、生姜、○バター、 米みそ(淡色辛みそ)、黒ごま、 ○無塩バター	こまつな、かほちゃん、はく さい、たまねぎ、にん じん、万能ねぎ	○牛乳、○クッキー、 ○牛乳、○スイートポ テ
09 金	御飯、鰯のチーズパン餅焼 き、ベーコンボテソテー、カ ブとほれん草のスープ	米、じやかひも、○グラ ニュー糖、パン粉、油、コ ンソメ、食塩	○牛乳、○ヨーグルト(無 糖)、さくらんぼ、ベーコン、 粉チーズ	たまねぎ、かぶ、ほほえ んそう、しめじ、コーン(冷 凍)、パセリ	23 金	御飯、鰯のチーズパン餅焼 き、ベーコンボテソテー、カ ブとほれん草のスープ	米、じやかひも、○グラ ニュー糖、パン粉、油、コ ンソメ、食塩	○牛乳、○ヨーグルト(無 糖)、さくらんぼ、ベーコン、 粉チーズ	たまねぎ、かぶ、ほほえ んそう、しめじ、コーン(冷 凍)、パセリ	○牛乳、○うすやせ んべい、○ヨーグルト、 ○鶏分りエハース
10 土	ワカメーヌン、ウインナーチ テ	ゆで中華めん、中華だし の素、ごま油、しょうゆ	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、ウインナー	もやし、チンゲンサイ、に んじん、コーン(冷凍)、 ねぎ、カットわかめ	24 土	ワカメーヌン、ウインナーチ テ	ゆで中華めん、中華だし の素、ごま油、しょうゆ	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、ウインナー	もやし、チンゲンサイ、に んじん、コーン(冷凍)、 ねぎ、カットわかめ	○牛乳、○エハース、○牛乳、 ○グラッカ
12 月	麦入り御飯、カレーの梅焼 き、チャップ、さつま芋と 玉ねぎの味噌汁	米、さつまいも、卵、 小麦粉、ごま油、砂糖、 中華だしの素	○牛乳、かれい、牛丼(も の)、米みそ(淡色辛み そ)、ごま油、砂糖、中華 だしの素	たまねぎ、こまつな、に んじん、ピーマン、赤パプリ カ、葱干し	26 月	麦入り御飯、カレーの梅焼 き、チャップ、さつま芋と 玉ねぎの味噌汁	米、さつまいも、卵、 小麦粉、ごま油、砂糖、中華 だしの素	○牛乳、○牛乳、かれ い、牛丼(もの)、米みそ(淡 色辛みそ)、ごま油、葱干 し	たまねぎ、こまつな、に んじん、ピーマン、赤パプリ カ、葱干し	○牛乳、○グラッカ、 ○牛乳、○野菜ゼリー(鉄分入り)、 ○ピスコ
13 火	御飯、八宝菜、のり塩里芋 (完了期: 里芋の煮物)、ワカ メスープ	さといも(冷凍)、米、○小 麦粉、○小麦粉、片栗 粉、○砂糖、○油、ショ ウ油、○ガルニユー糖、 砂糖、ごま油、中華だし の素、食塩	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、○バター	はぐくい、たまねぎ、に んじん、えのきだけ、コーン (冷凍)、いただけ、カット わかめ、あおのり	27 火	御飯、八宝菜、のり塩里芋 (完了期: 里芋の煮物)、ワカ メスープ	さといも(冷凍)、米、○ ロールパン、片栗粉、しょ ウ油、砂糖、ごま油、 中華だしの素、食塩	○牛乳、○牛乳、豚肉(も の)、○ロールパン、片栗 粉、しょウ油、砂糖、ごま油、 中華だしの素、食塩	はぐくい、○ブルーン、た まねぎ、にんじん、えの きだけ、コーン(冷凍)、 いただけ、カットわかめ、 あおのり	○牛乳、○ピスコ、 ○牛乳、○あんぽん、 ○ブルーン
14 水	食パン、鶏肉のマーマレー ド焼き、ポテトサラダ、キャベ ツエリギのスープ	食パン、じやかひも、○ ロールパン、マドレ ーヌ、油、コンソメ	○牛乳、○牛乳、鶏もも 肉、ハム	たまねぎ、キャベツ、きゅ うり、○干し椎茸、にんじ ん、エリギ、マーマレー ド	28 水	☆誕生日会☆、カレーピラ フ、鶏肉のコンブレーク焼 き、リゴソラダ、玉ねぎとエ リギのスープ	米、コンブレーク、パン リアル、○ココアちゃん すこう	○牛乳、○ヨーグルト(無 糖)、鶏もも肉、○生クリー ム、ベーコン、粉チーズ、 ○無塩バター、パッテ リ	○りんご天然果汁、たま ねぎ、キャベツ、にんじ ん、りんご、きゅうり、干し ぶどう、○うちごじゃみ、 エリギ	○牛乳、○カウルンド、 ○りんごジュース、○ レアチーズケーキ
15 木	ぶりかけ御飯、鯖の味噌煮、 ほほえん草の白和え、麸の すまじけ	米、しょうゆ、三温糖、砂 糖、焼ふ	○牛乳、○牛乳、さば、 木綿豆腐、すりごま、淡色 みそ、米みそ(淡色辛み そ)	○パナ、だいこん、ほう ねんそえ、にんじん、い いこ、万能ねぎ、ひじき	29 木	ぶりかけ御飯、鯖の味噌煮、 ほほえん草の白和え、麸の すまじけ	米、しょうゆ、三温糖、砂 糖、焼ふ	○牛乳、○牛乳、さば、 木綿豆腐、すりごま、淡 色みそ、米みそ(淡色辛み そ)	○パナ、だいこん、ほう ねんそえ、にんじん、い いこ、万能ねぎ、ひじき	○牛乳、○せんべい、 ○牛乳、○パナ、○グラッカ
16 金	ナポリタンスパゲティー、ブ ロッコリーとささ身のサラダ、 じゃが芋と白菜のスープ	スパゲティー、○米、じゃ がいも、ケチャップ、マヨソ ース、油、ウスター ソース、三温糖	○牛乳、○牛乳、ウイン ナー、鶏ささ身	たまねぎ、にんじん、はく さい、キャベツ、ブロッコ リー、ピーマン、しめじ、 コーン(冷凍)	30 金	ナポリタンスパゲティー、ブ ロッコリーとささ身のサラダ、 じゃが芋と白菜のスープ	スパゲティー、○米、じゃ がいも、ケチャップ、マヨソ ース、油、ウスター ソース、三温糖	たまねぎ、にんじん、はく さい、キャベツ、ブロッコ リー、ピーマン、しめじ、 コーン(冷凍)、○塩こん ぶ	○牛乳、○ピスコ、○ 牛乳、○塩昆布おにぎり、○ 甘納豆	
17 土	ピビンバ丼、大根とキャベツ の中華スープ	米、ごま油、しょうゆ、砂 糖、食塩	○牛乳、○牛乳、豚ひき 肉、すりごま	もやし、はくさい、だい こん、キャベツ、にんじ ん、コーン(冷凍)、カット わかめ、焼きのり	31 土	ピビンバ丼、大根とキャベツ の中華スープ	米、○小麦粉、○グラ ニュー糖、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、豚ひき 肉、○バター、すりごま	もやし、はくさい、だい こん、キャベツ、にんじ ん、コーン(冷凍)、カット わかめ、焼きのり	○牛乳、○カウルンド、 ○牛乳、○せんべい

*仕入れ等の都合により 献立が変更になる場合があります。

*赤色は新メニューです

2025年度 5月 給食だより

愛和保育園



入園、進級して1ヶ月が経ちました。新入園園さんも園の給食に少しづつ慣れ、笑顔を見せてくれるようになりました。そしてこの時期、子どもたちは新しい環境に慣れてきたと同時に少し疲れも出て体調を崩しやすい季節でもあります。十分な睡眠をとり、朝ごはんを食べて元気に登園してくださいね。さて、5月5日は「こどもの日」。子どもたちの健やかな成長を願う日です。保育園では5月2日にこいのぼりに見立てたご飯や唐揚げなど「こどもの日ランチ」を予定しています。みんなで楽しくお祝いしましょう。



赤黄緑の食をバランスよく!

食べ物は、それぞれ大切な働きをもっています。
次の3つのグループの食品を好き嫌いせず
バランス良くなべましょう。

きいろのたべもの
【熱や力になる】
ごはん・パン・うどん
そば・じゃがいも
砂糖・油 等

あかのたべもの
【血や肉になる】
鶏肉・豚肉・牛肉
魚・牛乳・たまご
みそ・チーズ等

みどりのたべもの
【体の調子を整える】
キャベツ・たまねぎ
ほうれん草・トマト
みかん・りんご等

今月の1日の平均	エネルギー 523	たんぱく質 21	脂質 18	カルシウム 292
基準値	エネルギー 500	たんぱく質 18	脂質 15	カルシウム 225

日付	献立名	材料名	おやつ	日付	献立名	材料名	おやつ
		熱かぶるもの 血や肉や骨にするもの 体の調子を整えるもの	(例)おやつ: やきもんややつ村			熱かぶるもの 血や肉や骨にするもの 体の調子を整えるもの	(例)おやつ: やきもんややつ村
01 木	御飯、鯖のバーナン餅焼き、ソーサーの甘辛炒め、なすの味噌汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、さわら、○チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、ソバ水煮缶、バター	19 月	御飯、鯖のバーナン餅焼き、ソーサーの甘辛炒め、なすの味噌汁	米、しょうゆ、砂糖、小麦粉、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、さわら、米みそ(淡色辛みそ)、ソバ水煮缶、バター
02 金	☆子どもの日ランチ☆、こいのぼりパレード、鶏のカレーフライ(完了期)鶏肉の照り焼き、スパゲティーサラダ、野菜スープ	米、○小麦粉、さつまいも、スクイティ、ケチャップ、マヨレ、○ガーニュー糖、油、片栗粉、しょうゆ、コソソメ、砂糖、すし酢、食塩、カレー粉	○牛乳、○牛乳、鶏肉(肉)、○チーズ、ベーコン、ハム、チーズ、バター	20 火	御飯、チキン南蛮(完了期)鶏肉の照り焼き、キヤペリの日クッキー	米、なかもい、片栗粉、油、しょうゆ、マヨレ、すし酢、三温糖、食塩	○牛乳、○牛乳、鶏もも肉、キヤペリ、○いちご、にんじん、えのきだけ、万能ねぎ、たまねぎ、カットわかめ
07 水	ハヤシライス、ひじきのマリネ	米、じゅかんも、ケチャップ、小麦粉、すし酢、ウスターソース、三温糖、油、しょうゆ、食塩、コンソメ	○牛乳、○牛乳、牛丼(牛丼も)、バター、ソバ水煮缶	21 水	肉みそ丼、切干大根とカニカマのサラダ、チキン丼とやしの中華スープ	米、○片栗粉、○黒砂糖、すし酢、砂糖、中華だしの素、しょうゆ、油、○砂糖	○牛乳、○牛乳、豚ひき肉、にんじん、きゅうり、もやし、にんじん、えのきだけの(ゆで)、切り干したごん、またけ、いんげん○干しうどり
08 木	御飯、豚肉のごま照り焼き、小松菜の煮浸し、かほちゃん白菜の味噌汁	米、○食パン、しょうゆ、小麦粉、みりん、砂糖、○マヨドレ	○牛乳、○牛乳、豚肉(肉)、生揚げ、○とろけるチーズ、米みそ(淡色辛みそ)、黒ごま	22 木	御飯、豚肉のごま照り焼き、小松菜の煮浸し、かほちゃんと白菜の味噌汁	米、○小麦粉、○さつまいも、○砂糖、しょうゆ、小麦粉、○ガーニュー糖、みりん、砂糖	○牛乳、○牛乳、豚肉(肉)、生揚げ、○バター、米みそ(淡色辛みそ)、黒ごま、○無塩バター
09 金	御飯、鰯のチーズパン粉焼き、ベーコンボテソテー、カブとほれん草のスープ	米、じゅかんも、○グラニュー糖、パン粉、油、コンソメ、食塩	○牛乳、○ヨーグルト(無糖)、さき、ベーコン、粉チーズ	23 金	御飯、鰯のチーズパン粉焼き、ベーコンボテソテー、カブとほれん草のスープ	○牛乳、○ヨーグルト(無糖)、さき、ベーコン、粉チーズ	○牛乳、○うすやせんべい、○ヨーグルト、○鶏卵入りハース
10 土	ワカメーパン、ウインナーチーズ	ゆで中華めん、中華だしの素、ごま油、しょうゆ	○牛乳、○牛乳、豚肉(肉)、ウインナー	24 土	ワカメーパン、ウインナーチーズ	ゆで中華めん、中華だしの素、ごま油、しょうゆ	○牛乳、○エハース、○牛乳、○グラッカー
12 月	麦入り御飯、カレイの梅焼き、チャップ、さつま芋と玉ねぎの味噌汁	米、さつまいも、卵、牛乳、豚肉(肉)、米みそ(淡色辛みそ)、ごま油、砂糖、中華だしの素	○牛乳、かわいい、牛肉(肉)、米みそ(淡色辛みそ)、ごま油、砂糖、中華だしの素	26 月	麦入り御飯、カレイの梅焼き、チャップ、さつま芋と玉ねぎの味噌汁	米、さつまいも、卵、牛乳、かわいい、牛肉(肉)、米みそ(淡色辛みそ)、ごま油、砂糖、中華だしの素	○牛乳、○グラッカー、○牛乳、○野菜ゼリー(鉄分入り)、○ピスケット
13 火	御飯、八宝菜、のり塩里芋(完了期: 里芋の煮物)、ワカメスープ	さといも(冷凍)、米、○小麦粉、○小麦粉、片栗粉、○砂糖、○油、しょうゆ、○ガーニュー糖、砂糖、ごま油、中華だしの素、食塩	○牛乳、○牛乳、豚肉(肉)、○バター	27 火	御飯、八宝菜、のり塩里芋(完了期: 里芋の煮物)、ワカメスープ	さといも(冷凍)、米、○ロールパン、片栗粉、しょうゆ、油、砂糖、ごま油、中華だしの素、食塩	○牛乳、○ピスケット、○牛乳、○あんぽん、○ブルーン
14 水	食パン、鶏肉のマーマレード焼き、ポテトサラダ、キャベツとエリギのスープ	食パン、じゅかんも、○ヨーグルト、マドレ、コンソメ	○牛乳、○牛乳、鶏もも肉、ハム	28 水	☆誕生日会☆、カレーピラフ、鶏肉のコンブレーク焼き、リゴソラダ、玉ねぎとエリンギのスープ	米、コンブレーク、パン	○牛乳、○ヨーグルト(無糖)、○りんご天然果汁、たまねぎ、キャベツ、にんじん、りんご、きゅうり、干し芋など、○のりごまジャム、エリンギ
15 木	ぶりかけ御飯、鯖の味噌煮、ほほ元草の白和え、麸のすまじけ	米、しょうゆ、三温糖、砂糖、焼ふ	○牛乳、○牛乳、さば、木綿豆腐、すりごま、淡色みそ、米みそ(淡色辛みそ)	29 木	ぶりかけ御飯、鯖の味噌煮、ほほ元草の白和え、麸のすまじけ	米、しょうゆ、三温糖、砂糖、焼ふ	○牛乳、○牛乳、さば、木綿豆腐、すりごま、淡色みそ、米みそ(淡色辛みそ)
16 金	ナポリタンスパゲティー、ブロッコリーとささ身のサラダ、じゃが芋と白菜のスープ	スパゲティー、○米、じゃがいも、ケチャップ、マヨレ、コンソメ、油、ウスターソース、三温糖	○牛乳、○牛乳、ウインナー、鶏ささ身	30 金	ナポリタンスパゲティー、ブロッコリーとささ身のサラダ、じゃが芋と白菜のスープ	スパゲティー、○米、ウインナー、鶏ささ身	○牛乳、○牛乳、○牛乳、○塩昆布おにぎり、○甘納豆
17 土	ビビンバ丼、大根とキャベツの中華スープ	米、ごま油、しょうゆ、砂糖、食塩	○牛乳、○牛乳、豚ひき肉、すりごま	31 土	ビビンバ丼、大根とキャベツの中華スープ	米、○小麦粉、○グラニュー糖、ごま油、食塩	○牛乳、○牛乳、豚ひき肉、すりごま、豚ひき肉、にんじん、コンソメ、カットわかめ、焼きのり

*仕入れ等の都合により 献立が変更になる場合があります。

*赤色は新メニューです