

令和7年5月 幼児食献立表



miraiと〜びごども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
01 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	てんちゃ飯 みそ汁 鶏と切干大根のあんかけ フルーツ	米 さといも 片栗粉、サラダ油	米みそ 油揚げ、鶏肉	てんちゃ たまねぎ、わかめ 切り干しだいこん バナナ	食塩 だし汁 だし汁、みりん、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
02 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	しらすチャーハン 中華豆腐スープ ジャーマンかぼちゃ	米、ごま油 ごま油 サラダ油	しらす干し、白ごま 木綿豆腐 ベーコン	ねぎ、コーン しいたけ、わかめ かぼちゃ、たまねぎ	しょうゆ、食塩、こしょう しょうゆ、鶏ガラスープ素、食塩 おろしにんにく、食塩
	午後おやつ	牛乳 プリン おかし(幼児クラスのみ)	おかし	牛乳 プリン		
07 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 春野菜のカレースープ かぶとミートローフ 飲むヨーグルト	米 片栗粉、油	ハム 豚ひき肉、鶏ひき肉、牛ひき肉、なると ココア飲むヨーグルト	たまねぎ、キャベツ、にんじん たまねぎ、黄パプリカ、にんにく	フィヨン、鶏ガラスープ素、食塩、カレー粉 ケチャップ、食塩、ナツメグ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
08 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 ポトフ風 厚揚げのケチャップ煮 スナップエンドウのソテー	米 じゃがいも サラダ油、片栗粉 オリーブオイル	生揚げ、豚肉	キャベツ、にんじん たまねぎ、コーン スナップえんどう	鶏ガラスープ素、食塩 ケチャップ、酒、ソース、食塩、パセリ粉 食塩、おろしにんにく
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃおにまんじゅう	小麦粉、砂糖	牛乳	かぼちゃ	食塩
09 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 はるさめスープ ホイコーロー フルーツ	米 春雨 砂糖、サラダ油	豚肉、みそ	ちんげん菜、コーン キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン バナナ	鶏ガラスープ素、食塩 しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 チーズいももち	じゃがいも、片栗粉、サラダ油	牛乳 ピザ用チーズ		食塩
10 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ナポリタンスパゲティ フルーツ	スパゲティ、サラダ油、砂糖	ウインナー	たまねぎ、にんじん、ピーマン パイナップル	ケチャップ、鶏ガラスープ素
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	とろけるゼリー おかし	牛乳		
12 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 白身魚の竜田揚げ さつま芋のごましお和え	米 サラダ油、片栗粉 さつまいも	木綿豆腐、米みそ、油揚げ カレイ 黒ごま	たまねぎ	だし汁 しょうゆ、酒、おろししょうが 食塩
	午後おやつ	牛乳 新にんじんのケーキ	ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 牛乳、バター	にんじん	
13 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	和風カレーマーマー丼 わかめスープ はるさめの酢の物	米、片栗粉、ごま油 春雨、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	たまねぎ、にら もやし、ちんげん菜、わかめ きゅうり、みかん	だしパック汁、みりん、しょうゆ、おろししょうが、カレー粉 鶏ガラスープ素、食塩 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ぶるぶるトマトゼリー	砂糖	牛乳	りんごジュース、トマト、アガー(寒天)	
14 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	みそバターラーメン きんぴらごぼう フルーツカクテル	焼きそばめん じゃがいも、ごま油、砂糖	豚肉、米みそ、バター 白ごま	キャベツ、にんじん、もやし、たまねぎ、コーン ごぼう、いんげん みかん、もも缶、パイナップル	鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 黒黒ドーナツ	ホットケーキミックス、サラダ油、粉糖、砂糖	牛乳 豆乳、黒ごま	ひじき	

令和7年5月 幼児食献立表



miraiと〜びごども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
15 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン ポタージュスープ ミートローフ にんじんしりしり	黒糖ロールパン 片栗粉、パン粉、サラダ油 ごま油、砂糖	牛乳 鶏ひき肉、牛ひき肉、豚ひき肉 しらす干し	たまねぎ、赤パプリカ にんじん	コーンスープ 酒、食塩、おろしにんにく、ナツメグ 食塩
	午後おやつ	牛乳 菜飯おにぎり	米、サラダ油	牛乳 白ごま	こまつな	酒、菜飯の素
16 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 揚げ魚とじゃが芋の炒め煮 ヨーグルト	米 じゃがいも、片栗粉、サラダ油、砂糖	みそ、油揚げ かじき ココアいちご	だいこん、なめこ にんじん	だし汁 しょうゆ、みりん、酒、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		
17 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	トマトカレー フルーツ	米、サラダ油	豚肉	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、コーン オレンジ	カレールウ、おろしにんにく、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	とろけるゼリー おかし	牛乳		
19 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	新たまねぎと豚の炊き込みごはん 五目みそ汁 お豆腐ナゲット	米、ごま油、片栗粉 片栗粉、サラダ油	豚ひき肉 みそ、油揚げ 鶏ひき肉、木綿豆腐	たまねぎ、にんじん だいこん、しめじ、こぼう、ねぎ たまねぎ	酒、しょうゆ、鶏ガラスープ素、おろししょうが だし汁 ケチャップ、鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、こしょう
	午後おやつ	牛乳 牛乳ゼリー桃ソース	砂糖	牛乳 牛乳	もも缶、アガー（寒天）	
20 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 さばのユウリンチー風 じゃがピー炒め	米 片栗粉、サラダ油、砂糖 じゃがいも、サラダ油	木綿豆腐、油揚げ さば	わかめ ねぎ にんじん、たまねぎ、ピーマン	だし汁、しょうゆ、食塩 酒、酢、しょうゆ、食塩 食塩
	午後おやつ	牛乳 パウムクーヘン	パウムクーヘン	牛乳		
21 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	えびひじき御飯 みそ汁 甘辛肉団子 きゅうりの酢の物	米、砂糖 焼麩 片栗粉、サラダ油、砂糖 砂糖	干しえび、白ごま、かつお節 米みそ 豚ひき肉、鶏ひき肉	ひじき えのきたけ、もやし たまねぎ、たけのこ水煮、ねぎ みかん、きゅうり、わかめ	しょうゆ、みりん、食塩 だし汁 しょうゆ、みりん、酒、食塩 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ボンデケーキ	じゃがいも、片栗粉、米粉、サラダ油、マッシュポテト	牛乳 ウインナー		鶏ガラスープ素、食塩
22 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	肉みそうどん かぼちゃの天ぷら フルーツ	うどん、砂糖、片栗粉、サラダ油 小麦粉、サラダ油、片栗粉	豚ひき肉、みそ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、干ししいたけ かぼちゃ みかん	みりん 食塩
	午後おやつ	牛乳 チヂミ	米粉、片栗粉、サラダ油、ごま油	牛乳 豆腐、豆乳、白ごま	こまつな、にら、にんじん	しょうゆ、食塩
23 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 豆乳コーンクリームスープ かじきのカレーフリット ポパイベーコン	米 片栗粉、サラダ油 小麦粉、サラダ油 サラダ油	豆乳 かじき ベーコン	クリームコーン、たまねぎ、コーン ほうれんそう、たまねぎ	パイオン、パセリ粉 酒、食塩、カレー粉、こしょう 食塩
	午後おやつ	ブルーベリーヨーグルト 菓子	砂糖 おかし	ガゼリヨーグルト	ブルーベリージャム	
24 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	マーボー豆腐丼 フルーツ	米、片栗粉、ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	ねぎ パイナップル	しょうゆ、酒、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	とろけるゼリー おかし	牛乳		

令和7年5月 幼児食献立表



miraiと〜びごども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
26 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 さわらのサラダ焼き ひじきの煮物	米 焼麩 マッシュポテト、サラダ油 ごま油、砂糖	さわら 油揚げ	ちんげん菜、しめじ クリームコーン にんじん、れんこん、いんげん、ひじき	だし汁、しょうゆ、食塩 酢、鶏ガラスープ素、食塩、こしょう しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 パンキンケーキ	ホットケーキミックス、サラダ油、砂糖、粉糖	牛乳 牛乳	かぼちゃ、レーズン	
27 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	鶏のすき煮丼 みそ汁 ゼリーポンチ	米、しらたき、砂糖、サラダ油、片栗粉	鶏肉 米みそ、油揚げ	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ キャベツ、なめこ パイナップル、みかん、ぶどうゼリー	しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト	牛乳		
28 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ハヤシライス かりかりしらすサラダ フルーツ	米、サラダ油 砂糖、サラダ油、ごま油	豚肉 しらす干し	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム きゅうり、もやし、切り干しだいこん もも缶	ハヤシルウ、おろしにんにく、パセリ粉 酢、しょうゆ
	午後おやつ	ジュース 誕生日ケーキ	ロールケーキ	ホイップクリーム	りんごジュース パイナップル	
29 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン 野菜のスープ 鶏肉のトマトソース煮 サクサクポテトサラダ	食パン、食パン オリーブオイル サラダ油、片栗粉、砂糖 じゃがいも、マヨドレ、コーンフレーク	ベーコン 鶏肉 ツナ缶	キャベツ、エリンギ、セロリー たまねぎ、ホールトマト、赤パプリカ きゅうり、にんじん	鶏ガラスープ素、食塩 酢、食塩、鶏ガラスープ素、おろしにんにく、こしょう 食塩
	午後おやつ	牛乳 鶏ごぼうおにぎり	米	牛乳 鶏ひき肉	ごぼう	だし汁、しょうゆ、みりん
30 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	チキンカレー ヨーグルトあえ	米、じゃがいも、サラダ油 砂糖	鶏肉 ガゼリヨーグルト	たまねぎ、にんじん、りんごジャム パイナップル、みかん、バナナ	カレールウ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
31 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	豚丼 フルーツ	米、サラダ油、片栗粉	豚肉	たまねぎ、えのきだけ、こまつな、にんじん、ねぎ オレンジ	しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	とろけるゼリー おかし	牛乳		

☆ 午前おやつは、乳児クラスのみでの提供になります。
 ☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。

組 氏名

こんにちは！寒暖差も和らぎ、外遊びの楽しい季節となりましたね。お給食では、苦手な食材がある子ども達でも、おいしく食べることができるような工夫を調理・レシピ・提供方法で工夫して参ります。おすすめレシピも紹介いたしますのでご覧いただければ、と思います。 管理栄養士 高橋