

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和7年05月01日(木) ～ 令和7年05月31日(土)

管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
1	木		酢豚・シュウマイ2個・中華スープ（にら卵）・パイン缶・ごはん		ぶた肉／豚ひき肉 生／鶏卵 全卵 生	じゃがいもでん粉／サラダ油(揚げ用)／じゃがいも 塊茎 生／車糖 上白糖／サラダ油／しゅうまいの皮／水稲穀粒 精白米 うるち米	乾しいたけ 乾／にんじん 根 皮つき 生／たまねぎ りん茎 生／さやえんどう 若ざや 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／しょうが 根茎 生／にら 葉 生／パインアップル 缶詰	こいくちしょうゆ／米酢／トマトケチャップ／塩・こしょう／鶏がらだし／食塩／こしょう 黒粉	480 19.3 14.1
2	金		☆こどもの日給食 春巻き（市販品可）・トマト・いんげん・チーズ・味噌汁(玉葱・しめじ)・いちご・ごはん		豚ひき肉 生／かつお加工品 削り節／プロセスチーズ／いかなご 煮干し	はるまきの皮／はるさめ 普通はるさめ 乾／ごま油／じゃがいもでん粉／サラダ油(揚げ用)／薄力粉 1等／水稲穀粒 精白米 うるち米	乾しいたけ 乾／たけのこ 水煮缶詰／にら 葉 生／にんじん 根 皮つき 生／ブラックマッペもやし 生／トマト 果実 生／さやえんどう 若ざや 生／たまねぎ りん茎 生／ぶなしめじ 生／いちご 生	こいくちしょうゆ／米みそ 甘みそ	422 16.5 14.9
7	水		鯖の照り焼き・たけのこと根菜の煮物・みそ汁(豆腐/わかめ)・オレンジ・ごはん		ますのすけ 焼き／木綿豆腐／いかなご 煮干し	車糖 上白糖／調合油／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生／たけのこ 若茎 ゆで／ごぼう 根 生／だいこん 根 皮つき 生／にんじん 根 皮つき 生／乾しいたけ 乾／グリーンピース 冷凍／乾燥わかめ 素干し 水戻し／ネーブル 砂上生	こいくちしょうゆ／だし汁／米みそ 甘みそ	382 18.1 12
8	木		焼肉・ポテトサラダ・味噌汁(麩・小松菜)・フルーツカクテル・ごはん		ぶた こま切れ／ロースハム／いかなご 煮干し	サラダ油／じゃがいも 塊茎 生／焼きふ／金焼きふ／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生／にんじん 根 皮つき 生／きゅうり 果実 生／たまねぎ りん茎 生／こまつな 葉 生／温州みかん 缶詰 果肉／パインアップル 缶詰／キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ／マヨネーズ 全卵型／米みそ 甘みそ	376 15.8 11.1
9	金		麻婆豆腐・春雨サラダ・レバールの胡麻和え・にら玉スープ・パイン缶・ごはん		豚ひき肉 生／木綿豆腐／鶏副生物 肝臓 生／鶏卵 全卵 生	車糖 上白糖／ごま油／じゃがいもでん粉／はるさめ 普通はるさめ 乾／ごま いり／水稲穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生／グリーンピース 冷凍／乾しいたけ 乾／しょうが 根茎 生／にんにく りん茎 生／ブラックマッペもやし 生／きゅうり 果実 生／温州みかん 缶詰 果肉／にら 葉 生／パインアップル 缶詰	米みそ 淡色 辛みそ／こいくちしょうゆ／鶏がらだし／米酢／固形ブイヨン	408 17.4 10.9
12	月		鶏のから揚げ・ごま風・ひじきサラダ・味噌汁(なめこ・葱)・キウイフルーツ・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき 生／鶏卵 全卵 生／いかなご 煮干し	じゃがいもでん粉／薄力粉 1等／ごま／サラダ油(揚げ用)／車糖 三温糖／すりごま／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生／ほしひじき／にんじん 根 皮つき 生／きゅうり 果実 生／ごぼう 根 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／なめこ 生／キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ／マヨネーズ 全卵型／米みそ 甘みそ	377 13.5 14.6
13	火	※16日の献立となります	カレー・ゆでたまご・大豆と小魚の栄養まんてん揚げ・ブロッコリー・パイン缶・ごはん		ぶた こま切れ／脱脂粉乳／鶏卵 全卵 生／かたくちいわし 田作り／全粒 国産 黄大豆 ゆで	じゃがいも 塊茎 生／薄力粉 1等／サラダ油／じゃがいもでん粉／サラダ油(揚げ用)／車糖 上白糖／ごま いり／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／にんじん 根 皮つき 生／ブロッコリー 花序 生／パインアップル 缶詰	カレー粉／中濃ソース／こいくちしょうゆ	482 19.2 13.8
14	水		鮭の和風ムニエル・マカロニサラダ・味噌汁(いんげん・豆腐)・みかん缶・ごはん		ぎんざけ 養殖 生／ロースハム／木綿豆腐／いかなご 煮干し	薄力粉 1等／調合油／マカロニ／水稲穀粒 精白米 うるち米	レモン 全果 生／にんじん 根 皮つき 生／きゅうり 果実 生／たまねぎ りん茎 生／さやえんどう 若ざや 生／温州みかん 缶詰 果肉	こいくちしょうゆ／マヨネーズ 全卵型／米みそ 甘みそ	416 19.2 13.4
15	木		小松菜のスパゲティ・焼き魚(ししゃも)・コンソメスープ(玉ねぎ・キャベツ・コーン)・ヨーグルト・ごはん		ベーコン／バルメザンチーズ／ししゃも 生干し 生／ヨーグルト 脱脂加糖	マカロニ・スパゲッティ 乾／調合油／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／こまつな 葉 生／にんじん 根 皮つき 生／にんにく りん茎 生／キャベツ 結球葉 生／スイートコーン 缶詰 ホルスタイル	塩・こしょう／固形ブイヨン	421 17.6 10.4

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和7年05月01日(木) ～ 令和7年05月31日(土)

管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
16	金	※遠足予定の為、雨天時は13日の献立となります 	親子煮・せん野菜（キャベツ・人参・きゅうり）・みそ汁（わかめ・長葱）・パイン缶・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき生／鶏卵 全卵 生／いかなご 煮干し	調合油／車糖 三温糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき生／たまねぎ りん茎生／乾しいたけ 乾／ほうれんそう 葉 通年平均 生／キャベツ 結球葉 生／きゅうり 果実 生／乾燥わかめ 素干し 水戻し／根深ねぎ 葉 軟白 生／パインアップル 缶詰	だし汁／こいくちしょうゆ／和風ドレッシングタイプ ノンオイル／米みそ 甘みそ	336 13.6 7.1
19	月		回鍋肉・トマト・そら豆・にら玉スープ・キウイフルーツ・ごはん		ぶた こま切れ／生揚げ／鶏卵 全卵 生	調合油／車糖 上白糖／じゃがいもでん粉／水稲穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生／キャベツ 結球葉 生／青ピーマン 果実 生／にんにく りん茎生／トマト 果実 生／そらまめ 未熟豆 生／にら 葉 生／キウイフルーツ 緑肉種 生	米みそ 淡色 辛みそ／こいくちしょうゆ／食塩／固形ブイヨン	379 17.4 11.3
20	火		おからナゲット・ひじきとほうれん草のサラダ・味噌汁（なめこ・葱）・バナナ・ごはん		豚ひき肉 生／おから 生／いかなご 煮干し	じゃがいもでん粉／薄力粉 1等／サラダ油（揚げ用）／ごま／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／スイートコーン 缶詰 ホルカネストイル／ほしひじき／ほうれんそう 葉 通年平均 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／なめこ 生／バナナ 生	かつおだし 荒節／マヨネーズ 全卵型／こしょう 黒 粉／トマトケチャップ／だし汁／こいくちしょうゆ／米みそ 甘みそ	392 15.3 14.7
21	水		煮魚・即席漬け・味噌汁（かぼちゃ・たまねぎ）・フルーツカクテル・ごはん		アラスカめぬけ 生／いかなご 煮干し	車糖 上白糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	キャベツ 結球葉 生／きゅうり 果実 生／にんじん 根 皮つき 生／西洋かぼちゃ 果実 生／たまねぎ りん茎 生／温州みかん 缶詰 果肉／パインアップル 缶詰／キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ／食塩／米みそ 甘みそ	282 13.1 2.2
22	木		チキンカレー・もやしとハムとにんじんのナムル・小女子佃煮・オレンジ・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき生／脱脂粉乳／ロースハム／いかなご つかだ煮	じゃがいも 塊茎 生／薄力粉 1等／サラダ油／ごま油／ごま／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／にんじん 根 皮つき 生／ブラックマッペもやし 生／ネーブル 砂じょう 生	カレールウ／精製塩 家庭用／鶏がらだし	413 12.6 12
23	金		炒り豆腐・ウインナー・お浸し（ほうれん草・キャベツ）・みそ汁（大根・油揚げ）・パイン缶・ごはん		豚ひき肉 生／木綿豆腐／鶏卵 全卵 生／ウインナーソーセージ／かつお 加工品 削り節／油揚げ 生／いかなご 煮干し	車糖 上白糖／サラダ油／水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生／さやえんどう 若ざや 生／たまねぎ りん茎 生／ほうれんそう 葉 通年平均 生／キャベツ 結球葉 生／あまのり 焼きのり／だいこん 根 皮つき 生／パインアップル 缶詰	こいくちしょうゆ／トマトケチャップ／米みそ 甘みそ	420 16.2 15.7
26	月		天ぷら（ちくわ、ササゲ）・酢の物・味噌汁（キャベツ・油揚げ）・ヤクルト・ごはん		焼き竹輪／鶏卵 全卵 生／かに風味かまぼこ／油揚げ 生／いかなご 煮干し／乳酸菌飲料 乳製品	さつまいも 塊根 皮むき 生／薄力粉 1等／サラダ油／車糖 上白糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	あおのり 素干し／きゅうり 果実 生／乾燥わかめ 素干し 水戻し／キャベツ 結球葉 生	こいくちしょうゆ／米酢／米みそ 甘みそ	420 10.8 12.8
27	火		鶏肉のマヨチーズ焼き・切り干し大根の煮物・コンソメスープ（もやし・小松菜）・みかん缶・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき生／プロセスチーズ／油揚げ 生／あさり 缶詰 水煮／ベーコン	車糖 三温糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生／パセリ 葉 生／にんじん 根 皮つき 生／だいこん 切干しだいこん 乾／こまつな 葉 生／ブラックマッペもやし 生／温州みかん 缶詰 果肉	マヨネーズ 全卵型／塩・こしょう／固形ブイヨン／顆粒和風だし／こいくちしょうゆ／精製塩 家庭用／こしょう 黒 粉	395 15.4 15.4
28	水		豚肉しょうが焼き・胡麻和え・味噌汁（ジャガイモ・玉ねぎ）・キウイフルーツ・ごはん		ぶた こま切れ／焼き竹輪／いかなご 煮干し	調合油／ごま いら／車糖 上白糖／じゃがいも 塊茎 生／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生／ほうれんそう 葉 通年平均 生／にんじん 根 皮つき 生／キャベツ 結球葉 生／たまねぎ りん茎 生／キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ／米みそ 甘みそ	370 16.4 9.8

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和7年05月01日(木) ～ 令和7年05月31日(土)

管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
29	木		さばの南部揚げ・マカロニのケチャップ和え・味噌汁(豆腐・長葱)・バナナ・ごはん		ますのすけ 焼き／鶏卵 全卵 生／ベーコン／バルメザンチーズ／木綿豆腐／いかなご 煮干し	ごま いり／黒ゴマ／薄力粉 1等／サラダ油(揚げ用)／マカロニ／サラダ油／水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 漬物 酢漬／たまねぎ りん茎 生／青ピーマン 果実 生／根深ねぎ 葉 軟白 生／バナナ 生	こいくちしょうゆ／トマトケチャップ／米みそ 甘みそ	481 17 21.1
30	金		肉じゃが・ウィンナー・キャベツの昆布和え・味噌汁(もやし・油揚げ)・オレンジ・ごはん		豚ひき肉 生／ウインナーソーセージ／油揚げ 生／いかなご 煮干し	じゃがいも 塊茎 生／調合油／車糖 三温糖／水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生／たまねぎ りん茎 生／キャベツ 結球葉 生／塩昆布／ブラックマッペもやし 生／ネーブル 砂じょう	こいくちしょうゆ／トマトケチャップ／米みそ 甘みそ	383 13.8 11.4

	目 各 標 食 撰 品 取 群 量 の	(平 均 純 使 用 取 量)	エ ネ ル ギ ー	たん ば く 質	脂 質	炭 水 化 物	ナ ト リ ウ ム	カ リ ウ ム	カ ル シ ウ ム	鉄	ビ タ ミ ン				食 物 繊 維	食 塩 相 当 量
											A	B1	B2	C		
	g	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μ g	mg	mg	mg	g	g
合 計			397	15.7	12.4	58.4	476	565	118	2.2	258	0.30	0.21	33	4.0	1.1
栄養素別摂取目標			0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
充足率			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

5月特色 ～行事食～

・5月2日 こどもの日給食

給食 ・こいのぼり春巻き
おやつ ・ジョア ・カステラ

＊今月は『こどもの日』について紹介します。

・こどもの日は端午の節句の日でもあります。子ども達みんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。もともと5月5日は『端午の節句』で、男の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いする日でした。『端午の節句』とは、ずっとずっと前から行われている行事のことで、もともとは病気や災い(悪いもの)を避けるための行事だったそうです。その行事のために使っていた「菖蒲(しょうぶ)」が武士の言葉や道具に似ていることから、だんだんと男の子の行事になって行ったと言うお話があります。1948年に5月5日を「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝するお休みの日」と決められてから、端午の節句の日がこどもの日にもなったそうです。その為、今では子ども達みんなをお祝いするようになりました。

・こどもの日と言えば「こいのぼり」ですが、なぜこいのぼりを飾るのでしょうか。「鯉」と言うお魚は強くて流れが速い川でも元気に泳ぎ、滝ものぼってしまう魚です。そんなたくましい鯉のように、子ども達が元気に大きくなることをお願いする意味が込められています。大きい真鯉(まごい)は黒い鯉。2番目の緋鯉(ひごい)は赤い鯉。1番小さい子鯉(こごい)は青い鯉。五色の吹流しは、子ども達の無事な成長を願って悪いものを追い払う意味が込められているのだそうです。

・こどもの日の食べ物と言えば柏餅。他にもちまき、草餅、筍、カツオ、ブリ、ちらし寿司なども食べられます。それぞれ意味があり、縁起の良い食べ物です。機械があったらご家庭で食べてみて下さい☆

※食材発注や園の行事により、献立を変更する場合がございます。

