２０２５年　５月献立表

淀さくら保育園

日(曜日)	12・26日（月）	13・27日（火）	14・28日（水）	1日（木）	15・29日（木）	2・16・30（金）	17・31（土）
昼食	①ごはん ②肉豆腐 ③きゅうりの酢の物	①ごはん ②さわらの梅干煮 ③小松菜のおかか和え ④大根とねぎのみそ汁	①パン ②ミネストロンスープ ③キャベツとアスパラガスのサラダ	①三色丼 （肉・たまご・にんじん） ②えのきとちんげん菜のすまし汁	①ごはん ②コーンクリームコロッケ ③三度豆のごま和え ④えのきとちんげん菜のすまし汁	①焼きそば ②野菜スープ	①ごはん ②肉じゃが ③とうふと油揚げのみそ汁
材料	米 40.0 50.0 牛肉 25.0 30.0 とうふ 40.0 60.0 にんじん 15.0 20.0 玉ねぎ 40.0 47.0 白菜 38.0 42.0 油 1.5 2.0 砂糖 3.0 4.0 濃口しょうゆ 2.0 4.0 薄口しょうゆ 0.7 1.0 みりん 15.0 20.0 水 胡瓜 20.0 30.0 もやし 7.0 10.0 にんじん 5.0 7.0 酢 4.0 4.5 砂糖 2 3 濃口しょうゆ 1.0 1.2	米 40.0 50.0 さわら 40.0 50.0 しょうが 0.6 0.8 砂糖 1.5 2.0 濃口しょうゆ 3.0 4.0 水 0.0 0.0 小松菜 25.5 34.0 にんじん 6.8 9.7 花かつお 0.5 0.7 濃口しょうゆ 0.7 1.0 だいこん 28.2 37.6 青ねぎ 5.9 8.5 みそ 5.0 7.0 だしかつお 2.0 3.0 水 100 140	マーブルブレッド 40.0 60.0 鶏肉（細切れ） 20.0 25.0 米 3.0 4.0 たまねぎ 23.5 32.9 にんじん 14.6 19.4 じゃがいも 36.0 45.0 コーン缶 5.0 7.0 油 1.5 2.0 スープの素 0.8 1.0 水 100 140 キャベツ 17.0 25.5 グリーンアスパラガス 6.4 8.0 にんじん 6.8 9.7 油 3.0 3.5 酢 2.0 2.5 薄口しょうゆ 0.5 0.7	米 40.0 50.0 合ミンチ 40.0 50.0 しょうが 0.6 0.8 濃口しょうゆ 1.5 2.0 みりん 1.5 2.0 砂糖 6.0 8.0 たまご 40.0 50.0 にんじん 10.0 15.0 薄口しょうゆ 3.0 3.5 油 0.5 0.5 だしかつお 0.5 0.5 えのきたけ 5.9 8.5 ちんげん菜 13.0 15.0 薄口しょうゆ 3.0 4.0 だしこんぶ 0.8 1.0 だしかつお 1.0 1.5 水 100 140	米 40.0 50.0 コーン缶 7.7 9.2 たまねぎ 1.0 1.2 にんじん 0.5 0.6 バター 2.0 2.4 小麦粉 1.5 1.8 チキンコンソメ 0.2 0.2 パン粉 5.0 6.0 油 2.0 2.4 三度豆 30.0 35.0 にんじん 5.0 7.0 白ごま 0.8 1.0 濃口しょうゆ 1.5 2.0 砂糖 0.8 1.0 練りごま 1 2 えのきたけ 5.9 8.5 ちんげん菜 13.0 15.0 薄口しょうゆ 3.0 4.0 だしこんぶ 0.8 1.0 だしかつお 1.0 1.5 水 100 140	ゆで中華そば 100.0 50.0 豚肉 30.0 40.0 きゃべつ 20.0 30.0 にんじん 14.6 20.0 もやし 10.0 13.0 ピーマン 4.3 6.0 油 5.0 6.5 食塩 0.1 0.2 ウスターソース 5.0 6.5 しめじ 6.0 9.0 干わかめ 0.2 0.3 スープの素 0.8 1.0 薄口しょうゆ 0.8 1.0 水 100 140	米 40.0 50.0 牛肉 25.0 30.0 にんじん 15.0 22.0 じゃがいも 38.0 50.0 たまねぎ 35.0 45.0 砂糖 4.0 6.0 みりん 2.0 2.5 酒 1.5 2.0 濃口しょうゆ 5.0 6.0 水 0.0 0.0 とうふ 30.0 40.0 油揚げ 10.0 20.0 みそ 5.0 7.0 だしかつお 2.0 3.0 水 100 140
昼食	①牛乳 ②きな粉蒸しパン	①牛乳 ②クラッカーサンド	①牛乳 ②菜飯おにぎり	①牛乳 ②こいのぼりゼリー	①牛乳 ②りんごゼリー	①牛乳 ②くだもの ③せんべい	①牛乳 ②ストロベリーツイスト
材料	牛乳 100 120 小麦粉 20.0 20.0 ベーキングパウダー 1.0 1.0 きなこ 0.1 0.1 水 20.0 20.0 砂糖 6.0 6.0	牛乳 100 120 クラッカー 15.0 15.0 ジャム 8.0 8.0	牛乳 100 120 米 25.0 30.0 菜飯の素 0.2 0.3	牛乳 100 120 こいのぼりゼリー 55.0 55.0	牛乳 100 120 りんごゼリー 60.0 90.0	牛乳 100 120 バナナ 60.0 90.0 ぱりんこ 10.0 20.0	牛乳 100 120 ストロベリーツイスト 50.0 60.0

日(曜日)	19日（月）	20日（火）	7・21日（水）	8・22日（木）	9・23日（金）	10・24日（土）
昼食	①ごはん ②鮭のちゃんちゃん焼き風 ③三つ葉と焼き麩のすまし汁	①ごはん ②つみれ汁 ③きゅうりとわかめとじゃこの酢の物	①ベーコンのクリームスパゲティ ②野菜スープ	①ごはん ②さばの塩焼き ③南瓜煮 ④はくさいのみそ汁	①ごはん ②みそ焼肉 ③にらともやしの中華スープ	①ごはん ②豚肉と千切り大根の炒め煮 ③しめじとたまねぎのみそ汁
材料	米 40.0 50.0 鮭 25.0 30.0 人参 9.0 12.0 たまねぎ 10.0 14.0 きゃべつ 38.0 48.0 みそ 4.0 6.0 砂糖 28.2 47.0 濃口しょうゆ 5.9 7.7 だしかつお 1.0 1.5 水 0 0 焼き麩 1.5 1.8 三つ葉 4.0 5.0 薄口しょうゆ 3.0 4.0 だしこんぶ 0.8 1.0 だしかつお 1.0 1.5 水 100 140	米 40.0 50.0 鶏ミンチ 30.0 40.0 豆腐 7.0 10.0 にんじん 10.0 12.0 だいこん 18.0 27.0 しょうが 1.5 2.0 青ねぎ 2.0 3.0 片栗粉 1.0 1.5 だしかつお 2.0 3.0 水 100 140 きゅうり 19.6 29.4 干わかめ 0.2 0.3 ちりめんじゃこ 5.0 8.0 酢 2.0 3.0 砂糖 0.6 0.8 薄口しょうゆ 0.7 1.0	スパゲティ 30.0 45.0 油 2.0 2.5 ベーコン 20.0 25.0 たまねぎ 28.2 37.6 にんじん 9.7 14.6 コーン缶 4.3 5.9 豆乳 5.0 7.0 ドライパセリ 0.1 0.1 スープの素 10.0 15.0 食塩 0.1 0.2 にんじん 17.0 25.5 じゃがいも 13.5 18.0 スープの素 0.8 1.0 薄口しょうゆ 0.8 1.0 水 100 140	米 40.0 50.0 さば 40.0 50.0 食塩 0.0 0.0 南瓜 35.0 40.0 砂糖 2.0 3.0 濃口しょうゆ 2.0 3.0 はくさい 20.0 25.0 舞茸 5.9 8.5 みそ 5.0 7.0 だしかつお 2.0 3.0 水 100 140	米 40.0 50.0 牛肉 40.0 50.0 にんにく 0.6 0.8 たまねぎ 35.0 40.0 にんじん 10.0 14.0 みりん 2.0 2.5 濃口しょうゆ 1.0 1.5 砂糖 1.0 1.5 みそ 6.8 2.0 ごま油 1.0 1.2 にら 15.0 20.0 もやし 7.0 10.0 スープの素 0.8 1.0 薄口しょうゆ 0.8 1.0 水 100 140	米 40.0 50.0 豚肉 20.0 30.0 千切り大根 60.0 10.0 にんじん 9.7 14.8 厚揚げ 20.0 30.0 油 1.0 2.0 砂糖 2.0 3.0 薄口しょうゆ 3.0 5.0 だしかつお 1.5 2.0 水 0.0 0.0 しめじ 6.0 9.0 たまねぎ 25.0 30.0 みそ 5.0 7.0 だしかつお 2.0 3.0 水 100 140
昼食	①牛乳 ②くだもの ③おかし	①牛乳 ②ラスク	①牛乳 ②ゆかりおにぎり	①牛乳 ②ちんすこう	①牛乳 ②シリアルヨーグルト	①牛乳 ②黒糖まんじゅう
材料	牛乳 100 120 オレンジ 60.0 90.0 ハーベスト 10.0 20.0	牛乳 100 120 バケット 15.0 25.0 砂糖 2.0 3.0 水 0.0 0.0	牛乳 100 120 米 25.0 30.0 ゆかり粉 0.2 0.3	牛乳 100 120 小麦粉 14.0 14.0 砂糖 6.0 6.0 油 6.0 6.0	牛乳 100 120 シリアル 10.0 20.0 ヨーグルト 60.0 60.0	牛乳 100 120 黒糖まんじゅう 40.0 40.0

※献立は都合により変更する場合がありますのでご了承ください

気温が上がり、新緑の季節になりました。新入園児の子どもたちは保育園生活にも慣れ、給食やおやつをお友だちと楽しく食べる姿が少しづつ増えてきました。この時期は季節の変わり目でもあるので、よく食べ・よく身体を動かし・よく寝ることで体調を整えて過ごしましょう。
4月の終わりに子どもたちと夏野菜（胡瓜・ゴーヤ・なすび・ピーマン・トマト）の苗を植えました。これからみんなでお世話して楽しく育てたいと思います。