



# 5月給食献立予定表

令和6年度プメハナ リコこども園  
プメハナ リコエルアこども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
1	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ バナナ	緑茶クッキー (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、ハム、鶏卵	じゃがいも、米、小麦粉 上白糖、マーガリン、油	玉ねぎ、きゅうり、人参、甘酢らっきょう りんご、グリーンピース、レモン果汁 バナナ	532 659	年長りょうすけくんの リクエストメニューです！
2	木	ちまき・こいのぼりナゲット 兜の春巻き ブロッコリーのおかか和え おさかなぶかぶかすまし汁	たい焼き(未満児) かしわもち(以上児) (赤ちゃんポーロ)	牛乳、鶏肉、こしあん、豚肉 はんぺん、バター、かつお節 チキンナゲット	もち米、じゃがいも、米 上新粉、春巻きの皮 白玉粉、小麦粉、上白糖 油	ブロッコリー、えのきたけ 葉ねぎ、しょうが、干し椎茸	383 577	こいのぼり集会！ 給食もこどもの日にちなんだ メニューです。
7	火	カツオカツ ひじきとツナのサラダ 豆腐の味噌汁	フルーツポンチ (ゼリー)	牛乳、木綿豆腐、ツナ かつお、みそ	米、マヨネーズ、上白糖 ごま、ごま油	玉ねぎ、白ねぎ、ひじき、わかめ みかん缶、パイン缶	350 443	魚の新メニューが出ます！ お楽しみに！
8	水	鶏肉のカレー風味焼き ポテトサラダ ハムと大根のスープ	カルシウムせんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏肉、ハム	米、マヨネーズ、じゃがいも 小麦粉、ごま油	大根、人参、きゅうり、玉ねぎ わかめ	438 549	
9	木	さわらの塩こうじ焼き キャベツの味噌ダレサラダ けんちん汁	みかんケーキ (赤ちゃんウエハース)	牛乳、さわら、鶏肉、みそ	米、ホットケーキ粉 油、上白糖、塩こうじ	なす、キャベツ、玉ねぎ、人参 きゅうり、みかん缶、みかん果汁	406 524	春が旬のさわらを 塩こうじで味付けをする 新メニューです！
10	金	チンジャオロース パンサンスー なめこスープ	スティックポテト (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、鶏卵、ハム	米、じゃがいも、上白糖 上新粉、はるさめ、油 ごま油、ごま	きゅうり、ピーマン、なめこ たけのこ、ほうれん草 人参、白ねぎ、しょうが	427 535	
13	月	厚揚げのミートソース煮 スープ ゼリー	ちんすこう (赤ちゃんポーロ)	牛乳、厚揚げ、豚肉、ハム	米、小麦粉、油 三温糖、上白糖 とうもろこし	玉ねぎ、人参、グリーンピース 葉ねぎ	540 675	厚揚げとケチャップが 相性抜群！ 子どもたちにも大人気です。
14	火	魚のマヨネーズ焼き ちりめん干切り野菜のサワー 星の子スープ	もちもちチーズパン (赤ちゃんせんべい)	牛乳、しいら、粉チーズ ベーコン、しらす干し	米、白玉粉、マヨネーズ 上白糖、焼ふ、油 とうもろこし	玉ねぎ、きゅうり、人参、オクラ 切干大根、パセリ、ゆかり	467 575	
15	水	ハンバーグ 粉ふき芋 レタススープ	ビスコ (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵 ベーコン	じゃがいも、米、パン粉 油、上白糖	玉ねぎ、レタス、人参、青のり	526 659	年長さくくんの リクエストメニューです！
16	木	魚のごま油焼き れんこんと竹輪のきんぴら 味噌汁	手作りラスク (赤ちゃんウエハース)	牛乳、あじ、ちくわ みそ、油揚げ	米、フランスパン、片栗粉 ごま油、上白糖、マーガリン 油、グラニュー糖	れんこん、人参、わかめ	441 556	
17	金	愛情弁当						
20	月	タンドリーチキン 切干大根のパンバンジー オニオンスープ	おにぎりせんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏肉、ヨーグルト ハム	米、マヨネーズ、ごま 上白糖	人参、玉ねぎ、きゅうり、切干大根 にんにく	392 495	鶏肉をヨーグルトで 漬け込むことで やわらかく仕上がります。
21	火	さばの味噌煮 キャベツひじきのサラダ 豆腐のすまし汁	チヂミ (赤ちゃんポーロ)	牛乳、さば、木綿豆腐、ツナ みそ、豚肉、しらす干し チーズ	米、油、上白糖 とうもろこし	キャベツ、人参、葉ねぎ、ひじき しょうが、ニラ	427 561	おやつに新メニューが 登場します！
22	水	親子煮 即席きゅうり漬け もやしの味噌汁	きなこサンド (食パン)	牛乳、鶏卵、鶏肉 かまぼこ、みそ、きな粉 油揚げ	米、食パン、上白糖 マーガリン、ごま、ごま油	玉ねぎ、きゅうり、もやし、人参 白ねぎ、グリーンピース、干し椎茸 わかめ	473 596	
23	木	魚の和風ムニエル ブロッコリーときのこのサラダ わかめスープ	バナナ (バナナ)	牛乳、しいら、バター	米、小麦粉、ごま油 上白糖	ブロッコリー、人参、きゅうり しめじ、白ねぎ、えのきたけ わかめ、バナナ	337 422	
24	金	お楽しみ給食	お楽しみおやつ (赤ちゃんポーロ)	牛乳、鶏肉、鶏卵 コロツケ	米、小麦粉、上白糖 マーガリン、油、とうもろこし	きゅうり、キャベツ、人参 チンゲン菜、玉ねぎ	463 573	今月は「11ぴきのねこと あほうどり」と「ロウソクんの クッキー」がテーマです。
27	月	食パン・ツナとマカロニのグラタン キャベツスープ ゼリー	塩昆布おにぎり (おにぎり)	牛乳、ツナ、バター、ハム 粉チーズ、かつお節	食パン、米、マカロニ 小麦粉、パン粉 とうもろこし	玉ねぎ、キャベツ、人参、塩昆布 葉ねぎ、パセリ	481 594	
28	火	魚の酢豚 中華スープ ヨーグルト	パウムクーヘン (赤ちゃんウエハース)	牛乳、まぐろ、鶏卵 ヨーグルト	米、片栗粉、油、上白糖	玉ねぎ、パイン缶、人参、チンゲン菜 たけのこ水煮、グリーンピース 干し椎茸、しょうが	479 599	
29	水	肉みそ丼 シュウマイ 花麩のすまし汁	フルーチェ (ヨーグルト)	牛乳、豚肉、フルーチェ みそ	米、上白糖、ごま油 油、焼ふ	もやし、きゅうり、人参、えのきたけ 葉ねぎ、干し椎茸、にんにく	371 473	野菜たっぷりの肉みそが ご飯にとてもよく合います。
30	木	さばのおろし煮 小松菜のおかか和え かきたま汁	マカロニあべかわ (赤ちゃんせんべい)	牛乳、さば、鶏卵 きな粉、かつお節	米、マカロニ、上白糖 片栗粉	小松菜、葉ねぎ、人参、大根	398 489	
31	金	鶏肉のマーマレード焼き めんめんキャベツ えのきともやしのスープ	じゃがいもドーナツ (蒸し芋)	牛乳、鶏肉、ツナ ベーコン	米、じゃがいも、マヨネーズ ホットケーキ粉、油 グラニュー糖	キャベツ、もやし、マーマレード えのきたけ、葉ねぎ、焼きのり レモン果汁、にんにく	540 670	

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです



