



# 5月予定および献立表

2025年4月20日  
立売堀敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ	
1	木		豚肉のプルコギ風 ハンサンスウ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、チンゲン菜、春雨、生姜、鶏がら、みりん、醤油、上白糖、ごま油 胡瓜、人参、もやし、カニカマ、酢、三温糖、醤油、ごま油 じゃが芋、キャベツ、青ねぎ、味噌	●チーズサンド●牛乳 食パン、チーズ マーガリン、マヨドレ	
2	金	E~たいむ	★鯉のぼりオムライス ポテトサラダ オニオンスープ	鶏肉、玉葱、人参、アスパラ、海苔、薄焼卵、ケチャップ、トマトピューレ、コンソメ、塩、マヨドレ じゃが芋、胡瓜、コーン、人参、ツナ、マヨドレ、塩、三温糖 玉葱、ほうれん草、えのき、コンソメ、塩	●鯉のぼりクッキー●牛乳 薄力粉、三温糖、上白糖 無塩バター、ココア	
3	土	憲法記念日				
4	日	みどりの日				
5	月	子どもの日				
6	火	振替休日				
7	水		鯖の塩焼き/添野菜 ひじきと高野豆腐の煮物 みそ汁	鯖、酒、サラダ油、塩/キャベツ、ゆかり ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん、ごま油、醤油、三温糖、みりん もやし、油揚げ、青ねぎ、味噌		●お麩ラスク●牛乳 おつゆ麩、有塩バター グラニュー糖
8	木	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	鶏肉のノルウェー風/添野菜 大豆サラダ コンソメスープ	鶏肉、片栗粉、サラダ油、ケチャップ、ウスターソース、三温糖/ほうれん草、コーン、塩、サラダ油 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、醤油、塩 じゃが芋、しめじ、コンソメ、塩、パセリ		●フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶 フルーツカクテル缶、上白糖 ●リッツ
9	金	E~たいむ シーツ交換 (りす・いぬ)	豚肉のオイスターソース ポン酢和え みそ汁	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しめじ、オイスターソース、醤油、三温糖、生姜 ほうれん草、キャベツ、人参、竹輪、ポン酢、三温糖、ごま油 厚揚げ、玉葱、小松菜、味噌	フライドポテト●牛乳 フライドポテト、サラダ油 塩、青のり	
10	土	弁当日	和風あんかけスパゲティ カニカマサラダ フルーツ	スパゲティ、サラダ油、豚肉、玉葱、しめじ、えのき、塩、醤油、酒、みりん、片栗粉、海苔 胡瓜、人参、カニカマ、キャベツ、コーン、サラダ油、ごま油、酢、醤油、塩 みかん缶	かやくご飯●牛乳 鶏肉、しめじ、干椎茸、牛蒡 人参、酒、醤油、みりん	
11	日					
12	月	体育遊び	鶏肉のマリネ焼き/添野菜 ハムサラダ みそ汁	鶏肉、レモン果汁、サラダ油、塩、玉葱、パプリカ、パセリ/ブロッコリー、塩 ハム、キャベツ、胡瓜、コーン、酢、サラダ油、醤油、塩 豆腐、わかめ、味噌	●きな粉揚げパン●牛乳 NEGロール、きな粉 三温糖、塩、サラダ油	
13	火	・花まつり ・けいあいの里へ (きりん) ・検尿持帰り	★●パン/フルーツ ●ビーフシチュー グリーンサラダ	パン/バナナ 牛肉、玉葱、人参、じゃが芋、サラダ油、ルウ ブロッコリー、キャベツ、人参、胡瓜、酢、サラダ油、塩、醤油	鯖缶の炊き込みご飯●牛乳 もち米、鯖味噌缶、しめじ 人参、油揚げ、醤油、生姜 味噌、酒、みりん、塩昆布	
14	水	えんどう豆皮むき (きりん)	ちゃんぽんめん 揚げ餃子 フルーツ	中華麺、豚肉、白菜、もやし、人参、蒲鉾、玉葱、青ねぎ、鶏がら、醤油、塩、ごま油 餃子、サラダ油 黄桃缶	おひさまゼリー せんべい 人参、林檎ジュース、アガー グラニュー糖、レモン果汁 ●牛乳	
15	木	・万博入遠足 (いぬ・きりん) ・堀江へ遠足(くま)	豆ごはん/鮭の西京焼き 厚揚げのカレー煮 ★かきたま汁	えんどう豆、塩、酒/鮭、味噌、三温糖、酒、みりん 厚揚げ、鶏肉、チンゲン菜、玉葱、人参、三温糖、醤油、カレー粉、片栗粉 鶏卵、玉葱、えのき、青ねぎ、醤油、酒、塩、片栗粉	豆腐ドーナツ●牛乳 HM、絹豆腐、きな粉 三温糖、サラダ油	
16	金	E~たいむ きりん習字	筑前煮 胡麻和え みそ汁	鶏肉、牛蒡、人参、蓮根、大根、板蕪、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、サラダ油 キャベツ、胡瓜、平天、人参、胡麻、みりん、三温糖、醤油 豆腐、小松菜、油揚げ、味噌	★●キャロットケーキ●牛乳 薄力粉、人参、BP、三温糖 有塩バター、牛乳、鶏卵 スキムミルク	
17	土		カレーピラフ マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、レーズン、サラダ油、コンソメ、塩、カレー粉 マカロニ、胡瓜、人参、ハム、コーン、マヨドレ、塩、三温糖 南瓜、ほうれん草、コンソメ、塩、パセリ	ちんすこう ●牛乳 薄力粉、黒砂糖、サラダ油	
18	日					
19	月	体育遊び	★ツナ寿司 ひじきの煮物 すまし汁	塩、酒、ツナ、胡瓜、大葉、胡麻、錦糸卵、酢、三温糖、塩、みりん、海苔 ひじき、大豆、人参、油揚げ、サラダ油、上白糖、醤油、みりん 白玉麩、わかめ、青ねぎ、醤油、塩、酒	●シリアルクッキー●牛乳 HM、上白糖、無塩バター 牛乳、ココア、コーンフレーク	

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
20	火		●クリームスパゲッティ コーンサラダ フルーツ	スパゲッティ、鶏肉、玉葱、しめじ、ほうれん草、サラダ油、牛乳、スキムミルク、ルウ キャベツ、コーン、レーズン、胡瓜、人参、塩、醤油、サラダ油、酢 オレンジ	いなり寿司●牛乳 すし揚げ、みりん、三温糖、酢 塩、じゃこ、ごま、醤油
21	水	制服登園~ (くま)	ビビンバ 大根サラダ ★サンラータン	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、サラダ油、醤油、三温糖、にんにく、ごま油、胡麻 大根、ツナ、胡瓜、人参、ポン酢、三温糖、ごま油 鶏卵、豚肉、白菜、春雨、椎茸、醤油、鶏がら、塩、酢、片栗粉	●マシュマロおこし●牛乳 マシュマロ、無塩バター コーンフレーク
22	木	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	菜飯/さわらの香味焼き お浸し みそ汁	菜飯の素/鯖、大葉、レモン果汁、胡麻、酒、醤油、みりん、三温糖 キャベツ、平天、人参、みりん、三温糖、醤油 じゃが芋、もやし、青ねぎ、味噌	★●バナナケーキ●牛乳 薄力粉、バナナ、無塩バター BP、三温糖、豆乳ホイップ 鶏卵、スキムミルク
23	金	E~たいむ シーツ交換 (りす・いぬ)	豚肉のケチャップソテー ブロッコリーサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、しめじ、人参、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、サラダ油 ブロッコリー、人参、胡瓜、コーン、酢、サラダ油、醤油、塩 ほうれん草、豆腐、味噌	おはぎ ●牛乳 もち米、こしあん、きな粉 三温糖、塩
24	土	弁当日	炒飯 中華風酢の物 わかめスープ/ゼリー	豚肉、人参、玉葱、小松菜、サラダ油、醤油、鶏がら、ごま油 胡瓜、もやし、ハム、人参、酢、醤油、三温糖、ごま油 わかめ、大根、チンゲン菜、醤油、鶏がら、塩、酒、ごま、ごま油/ミニゼリー	●フロランタン風トースト●牛乳 食パン、無塩バター、牛乳 グラニュー糖、コーンフレーク
25	日	だいすきの日			
26	月	体育遊び	鶏肉の胡麻風味焼き/添野菜 キャベツとみかんサラダ みそ汁	鶏肉、醤油、みりん、酒、練りごま、胡麻、ごま油/ブロッコリー、マヨドレ キャベツ、みかん、胡瓜、人参、レーズン、酢、サラダ油、塩、醤油 小松菜、もやし、味噌	●ジャムサンド●牛乳 食パン、マーガリン、苺ジャム
27	火	誕生会	ビーフカレー ツナサラダ ●ヨーグルト	牛肉、生姜、にんにく、玉葱、人参、じゃが芋、ルウ ツナ、キャベツ、人参、胡瓜、酢、サラダ油、塩、醤油 ヨーグルト、上白糖	★●バースデーケーキ●牛乳 スポンジケーキ、上白糖 豆乳ホイップ、メロンテイスト キウイ、パイン缶、レモン果汁
28	水	keiai動物園 (りす・くま)	鯛の南蛮漬け 磯和え みそ汁	鯛、片栗粉、サラダ油、玉葱、人参、ピーマン、酢、三温糖、醤油、ごま油 ほうれん草、白菜、人参、海苔、醤油、みりん、三温糖 南瓜、油揚げ、玉葱、青ねぎ、味噌	★お好み焼き ●牛乳 お好み焼き粉、豚肉、キャベツ 長芋、竹輪、青ねぎ、かつお節 青のり、BP、鶏卵 お好み焼きソース
29	木	避難訓練	★●豆腐の松風焼き/添野菜 ひじきとじゃこサラダ すまし汁	鶏肉、木綿豆腐、青ねぎ、玉葱、鶏卵、パン粉、三温糖、味噌、胡麻、みりん、醤油/ミニトマト ひじきとじゃこサラダ 蒲鉾、えのき、みつば、醤油、酒、塩	●プリン●マリー●牛乳 プリンミックス、グラニュー糖
30	金	E~たいむ きりん習字	●●パン/フルーツ チキンのトマト煮 コールスローサラダ	パン/パイン缶 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、ブロッコリー、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、塩、上新粉 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン、酢、サラダ油、醤油、塩	中華おこわ ●牛乳 もち米、豚肉、干椎茸、人参 鶏がら、醤油、酒、生姜 ごま油
31	土	保育参観	肉うどん 春巻き ゼリー	うどん、牛肉、玉葱、牛蒡、青ねぎ、みりん、醤油、塩 春巻き、サラダ油 ミニゼリー	★●パウムクーヘン●牛乳

●●は乳、★は卵を使用している献立です  
(対象の食材を太字で表記しています)  
・献立は仕入れ等の状況により若干変更する場合があります  
・HM=ホットケーキミックス、BP=ベーキングパウダー  
・合わせだしは、かつおと昆布を使用しています

朝おやつ・延長用おやつ  
星たべよ、アンパンマンせんべい、源氏パイ、ぱりんこ  
ぼたぼた焼き、リッツ、●ビスコ、●ミルククッキー  
●ハーベスト、●マリー等を交互に提供します  
延長用のおやつはアレルギーの無いものを提供します

## 今月の一人当たりの栄養素(3歳以)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (ug)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	575	21.6	16.0	260	2.3	225	0.23	0.36	18	3.6	1.6未満
平均	572	20.7	18.9	260	1.9	221	0.3	0.46	24	4.2	1.7