



5月予定および献立表

2025年4月18日
郡山敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	木		豚肉のプルコギ炒め ばんさんすう みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、春雨 胡瓜、人参、もやし、カニカマ キャベツ、わかめ、青ねぎ	●きな粉揚げパン ●牛乳
2	金		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、ケチャップ / ブロッコリー ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、胡瓜、大豆、コーン 玉ねぎ、えのき、パセリ	●フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
3	土	憲法記念日			
4	日	みどりの日			
5	月	こどもの日			
6	火	振替休日			
7	水	こどものひの集い	★●鯉のぼりオムライス みかんサラダ オニオンスープ / ゼリー	鶏肉、玉ねぎ、人参、アスパラ、のり、薄焼き卵、チーズ、ケチャップ キャベツ、人参、胡瓜、みかん缶、レーズン 玉ねぎ、ほうれん草 / ゼリー	●鯉のぼりクッキー ●牛乳
8	木	花まつり	★●鱈の若草焼き / フルーツ ひじきと高野豆腐の煮物 すまし汁	鱈、ほうれん草、粉チーズ、マヨネーズ / 黄桃 ひじき、高野豆腐、玉ねぎ、人参、ツナ てまり麩、かまぼこ、三つ葉	●おからドーナツ ●牛乳
9	金	E~たいむ(幼児)	豚肉のオイスターソテー ポン酢和え みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、オイスターソース キャベツ、人参、ほうれん草、竹輪、ポン酢 厚揚げ、麩、青ねぎ	★●バナナケーキ ●牛乳
10	土	土曜保育(家庭の日) 幼児お弁当 園庭開放	和風あんかけスパゲティー カニカマサラダ ●チーズ	スパゲティー、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、人参、えのき、のり キャベツ、胡瓜、人参、カニカマ チーズ	●どら焼き ●牛乳
11	日				
12	月	スイミング(きりん)	鶏肉のマリネ焼き/添野菜 ★●ハムサラダ みそ汁	鶏肉、玉ねぎ、パプリカ、パセリ/ブロッコリー ハム、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 豆腐、わかめ、三つ葉	だしシャカポテト ●牛乳
13	火	体育遊び(幼児)	鮭の西京焼き/添野菜 厚揚げのカレー煮 ★かき玉汁	鮭、白みそ / 南瓜 鶏肉、厚揚げ、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、カレー粉 卵、えのき、玉ねぎ、青ねぎ	おひさまゼリー ●ビスケット ●牛乳
14	水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	ちゃんぽん麺 ●揚げしゅうまい フルーツ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、かまぼこ、玉ねぎ、もやし、青ねぎ しゅうまい パイン	鯖缶の炊き込みご飯 ●牛乳
15	木	園外保育 いぬ・きりん シーツ交換(幼児)	ゆかりご飯 / 筑前煮 ごま和え みそ汁	ゆかり/鶏肉、ごぼう、人参、蓮根、大根、筍、いんげん キャベツ、人参、平天、胡瓜、ごま 豆腐、小松菜、油揚げ	★●スイートブール ●牛乳
16	金	E~たいむ(幼児)	★●パン / フルーツ ミネストローネ じゃことひじきのサラダ	パン / バナナ 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、大豆、キャベツ、トマト缶 ひじき、ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
17	土	土曜保育	●チキンピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、人参、玉ねぎ、いんげん、バター ブロッコリー、キャベツ、人参、胡瓜、コーン じゃが芋、玉ねぎ、パセリ	●フロランタン風トースト ●牛乳
18	日				

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
19	月	スイミング(きりん) くま組制服登園	★ツナ寿司 ひじき煮 すまし汁 / ゼリー	ツナ、胡瓜、大葉、ごま、錦糸卵、のり ひじき、大豆、人参、油揚げ、しらたき、いんげん えのき、わかめ、三つ葉 / ゼリー	●シリアルクッキー ●牛乳
20	火	体育遊び(幼児)	ビビンバ 大根サラダ ★サンラータン	牛肉、人参、ほうれん草、もやし、ごま 大根、ツナ、胡瓜、人参、ポン酢 豚肉、白菜、人参、干し椎茸、春雨、卵	●シュガートースト ●牛乳
21	水	お誕生会	ビーフカレー ツナサラダ フルーツ	牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、人参、胡瓜、ツナ、コーン オレンジ	★●パースデーケーキ ●牛乳
22	木		鱈の南蛮漬け おかか和え みそ汁	鱈、玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、ほうれん草、人参、竹輪、花かつお 南瓜、油揚げ、青ねぎ	●ミートサンド ●牛乳
23	金	E~たいむ(幼児) 避難訓練	豚肉のしぐれ煮 キャベツとパインのサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、しらたき、いんげん キャベツ、胡瓜、パイン、レーズン 豆腐、玉ねぎ、青ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
24	土	土曜保育(家庭の日) 幼児お弁当 園庭開放	肉うどん 天ぷら ゼリー	うどん、牛肉、玉ねぎ、人参、青ねぎ 南瓜、竹輪、天ぷら粉、青のり ゼリー	●おからクッキー ●牛乳
25	日	だいすきの日			
26	月		鶏肉の甘唐揚げ/添野菜 ★マカロニサラダ みそ汁	鶏肉 / ブロッコリー マカロニ、ツナ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ もやし、しめじ、青ねぎ	●プリン風ゼリー せんべい ●牛乳
27	火	体育遊び(幼児)	菜飯 / 鱈の香味焼き お浸し みそ汁	菜飯の素 / 鱈、大葉、ごま キャベツ、平天、人参 じゃが芋、油揚げ、青ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
28	水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	ミートスパゲティー コールスローサラダ フルーツ	スパゲティー、合挽肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ケチャップ、ピーマン、上新粉 キャベツ、人参、胡瓜、パプリカ、レーズン バナナ	●ブルーベリーケーキ ●牛乳
29	木	シーツ交換(幼児)	★豆腐の松風焼き/添野菜 平天と野菜の煮物 すまし汁	鶏挽肉、豆腐、玉ねぎ、パン粉、豆乳、卵、青ねぎ、ごま/ほうれん草 じゃが芋、人参、大根、しらたき、平天 かまぼこ、えのき、三つ葉	★●お好み焼き ●牛乳
30	金	E~たいむ(幼児) Jリーグ(いぬ・きりん)	★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー グリーンサラダ	パン / オレンジ 牛肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ルウ ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、コーン	中華おこわ ●牛乳
31	土	なかよし参観 (全クラス)	きつねうどん 春巻き	うどん、鶏肉、油揚げ、人参、小松菜 春巻き	せんべい

- ◆献立内容は仕入れ等の状況により、変更する場合があります。
- ◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ◆乳児クラスは、朝おやつにせんべいやビスケット等を提供しています。

今月の一人当たりの栄養素(3歳児)

	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 (μg)	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	517	19.4	14.4	230	2	200	0.3	0.35	23	4	1.6
平均	532	19.1	15.9	231	2	203	0.31	0.41	22	4.3	1.7