

5月行事・献立予定

令和7年度

あさひ保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	木		御飯 鮭のホイル蒸し ブロッコリーのお浸し 豆腐のみそ汁 バイン	米 鮭 玉ねぎ 人参 えのきだけ パター チーズ パセリ ブロッコリー 人参 豆腐 わかめ 玉ねぎ バイン	豆乳 ビスケット	牛乳 きらず揚げ
2	金		御飯 豆腐ハンバーグ レタスサラダ チーズ コンソメスープ グレープフルーツ	米 豆腐 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 レタス キャベツ きゅうり チーズ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン パセリ グレープフルーツ	豆乳 スティックパン	牛乳 フルーツゼリー
7	水		御飯 肉うどん ほうれん草のおかか和え ウィンナー オレンジ	米 うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ かまぼこ ほうれん草 人参 もやし かつお節 ウィンナー オレンジ	豆乳 コーンフレーク	牛乳 フライドポテト
8	木	運動教室（そう組）	御飯 肉じゃが ぼりぼりごぼう キャベツのスープ いちご	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 さやいんげん ごぼう 玉ねぎ キャベツ ベーコン いちご	豆乳 ビスケット	ホワイトボンチ
9	金		御飯 マカロニグラタン ほうれん草のお浸し 花麩のすまし汁 オレンジ	米 鶏肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー パター チーズ ほうれん草 キャベツ 人参 しらす 花麩 玉ねぎ わかめ オレンジ	豆乳 赤ちゃんせんべい	おにぎり
10	土				豆乳 ビスケット	
12	月		御飯 焼きそば 焼きししゃも ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ オレンジ	米 中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 青のり ししゃも ブロッコリー 小松菜 人参 玉ねぎ 卵 オレンジ	豆乳せんべい	牛乳 ツナトースト
13	火		御飯 鮭のパン粉焼き マカロニサラダ 豆乳スープ いちご	米 鮭 オリーブ油 パン粉 チーズ マカロニ きゅうり 人参 ハム じゃが芋 人参 キャベツ 玉ねぎ パセリ 豆乳 いちご	豆乳 米菓子	牛乳 レーズンスコーン
14	水	地域交流（散歩）	御飯 揚げ餃子 ボイル野菜 中華スープ オレンジ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ブロッコリー 人参 ベーコン もやし 玉ねぎ わかめ オレンジ	豆乳 パナナ	牛乳 カップケーキ
15	木	サッカー教室 （そう組）	御飯 しゅうまい ナムル キャベツの中華スープ パナナ	米 豚肉 玉ねぎ ねぎ きゅうり もやし 人参 ごま キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン パナナ	豆乳 クッキー	豆乳 スイートラスク
16	金	年長児交流会 （そう組）	御飯 豆腐のふわふわ揚げ ごぼうのきんぴら いんげんのおかか和え キャベツの味噌汁 いちご	米 豆腐 豚肉 ねぎ 生姜 高野豆腐 パン粉 ごぼう 人参 ごま油 いんげん かつお節 キャベツ ねぎ 人参 いちご	豆乳せんべい	お茶 スナップエンドウ
17	土				豆乳 米菓子	
19	月	運動教室（きりん組）	御飯 キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け チーズ ほうれん草のすまし汁 オレンジ	米 豆腐 豚肉 納豆 玉ねぎ 人参 ねぎ 生姜 ブロッコリー ごま チーズ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 えのき 卵 オレンジ	豆乳 クラッカー	フルーツ ヨーグルト
20	火	食育の日	御飯 ★春キャベツの和風スパゲティ 変わり胡麻和え 豆腐のすまし汁 いちご	米 スパゲティ キャベツ 人参 コーン かつお節 ほうれん草 しらす干し ごま 豆腐 玉ねぎ 人参 いちご	豆乳 スティックパン	牛乳 ★甘辛おやき
21	水	おはなしのもり	御飯 白身魚のフライ 伴三条 小松菜の味噌汁 パナナ	米 おひょう 卵 春雨 人参 きゅうり ハム もやし 卵 小松菜 玉ねぎ ねぎ パナナ	豆乳 ソフトあられ	牛乳 バターサンド
22	木	園外保育 （そう・きりん組）	お弁当の日		りんごジュース	お菓子
23	金		御飯 焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根 人参 さつま揚げ さやいんげん 油揚げの味噌汁 パナナ	米 鯖 ブロッコリー 切り干し大根 人参 さつま揚げ さやいんげん 油揚げ ほうれん草 玉ねぎ パナナ	豆乳 赤ちゃんせんべい	ヨーグルト ウエハース
24	土				豆乳 クラッカー	
26	月		御飯 にゅうめん ウィンナー スティック野菜 パナナ	米 そうめん ほうれん草 人参 玉ねぎ 椎茸 卵 ウィンナー きゅうり 人参 パナナ	豆乳 ビスケット	牛乳 おからケーキ
27	火	誕生会	おめでとうランチ	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 鶏肉 豚肉 玉ねぎ スパゲティ パセリ じゃが芋 人参 きゅうり ハム バイン	りんごジュース	フルーツプリン
28	水		御飯 鮭のバター焼き ブロッコリーの胡麻ドレッシング和え 野菜のコンソメスープ パナナ	米 鮭 バター ブロッコリー きゅうり 人参 コーン ごま ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ パナナ	豆乳 ふんわりせんべい	牛乳 バームクーヘン
29	木	ちまき作り 尿検査	御飯 ポークカレー コールスローサラダ グレープフルーツ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ 人参 きゅうり コーン グレープフルーツ	豆乳 ソフトあられ	ちまき
30	金	尿検査（予備日）	御飯 鶏のから揚げ ブロッコリーサラダ 豆腐の味噌汁 バイン	米 鶏肉 生姜 ブロッコリー 人参 キャベツ 豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ バイン	豆乳 ポーロ	牛乳 ビスケット
31	土				豆乳 ビスケット	

おめでとうランチ・・・カレーピラフ かぶとハンバーグ スパソテー コロコロサラダ バイン

食育の日のサンプル展示は4歳児です。4歳児の主食（ご飯）の量は110gです。

今月の果物はパナナ、オレンジ、いちご、グレープフルーツ、バインを予定しています。★印は新メニューです。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。