

5月行事・献立予定

令和7年度 こしき保育所

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 ブロッコリーのしそ和え 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	牛乳 ビスケット	フルーツゼリー
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 バナナ	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 豆乳 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 バナナ	牛乳 ロールパン	豆乳 きらず揚げ
7	水	安全指導週間	御飯 肉うどん ほうれん草のおかか和え ウインナー 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 ウインナー オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 フライドポテト
8	木	身体測定（以）	御飯 肉じゃが ぼりぼりごぼろ 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 ごぼろ 玉ねぎ キャベツ ベーコン いちご	牛乳 サンドビスケット	おにぎり
9	金	身体測定（未） 布団持ち帰り	御飯 マカロニグラタン ほうれん草のお浸し 花魁のすまし汁 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 花魁 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみ小魚
10	土				牛乳 ビスケット	フルーツジュース せんべい
12	月		御飯 焼きそば ブロッコリーの中華和え わかめ汁 バナナ	米 中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 青のり ブロッコリー 人参 鶏肉 わかめ 人参 玉ねぎ バナナ	牛乳 せんべい	ヨーグルト ウエハース
13	火	運動教室（そう）	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	牛乳 米菓子	牛乳 ツナトースト
14	水	運動教室（そう）	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	牛乳 バナナ	牛乳 カップケーキ
15	木	誕生会 おはなしの森	おめでどうランチ	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
16	金	徒歩遠足 （以上児お弁当の日）	御飯 豆腐のふわふわ揚げ いんげんの煮物 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 いんげん 鶏肉 ごぼう 人参 キャベツ ねぎ いちご	牛乳 せんべい	りんごゼリー
17	土				牛乳 米菓子	フルーツジュース クラッカー
19	月	食育週間 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 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	牛乳 ウエハース	牛乳 ★甘辛おやき
20	火	避難訓練	御飯 キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け ほうれん草の中華スープ 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 玉ねぎ 人参 ほうれん草 えのき オレンジ	牛乳 クラッカー	フルーツ ヨーグルト
21	水	運動教室（ばんだ）	御飯 白身魚のフライ 伴三糸 小松菜の味噌汁 バナナ	米 おひょう 春雨 人参 きゅうり ハム もやし 小松菜 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 ソフトあられ	牛乳 バターサンド
22	木	笹取り（そう）	御飯 鶏肉の甘辛揚げ きゅうりの即席漬け 青のりポテト キャベツのコンソメスープ バイン	米 鶏肉 きゅうり 人参 じゃが芋 青のり 玉ねぎ 人参 キャベツ バイン	牛乳 バナナ	豆乳 ホットケーキ
23	金	運動教室（ばんだ） 布団持ち帰り	御飯 焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 油揚げの味噌汁 バナナ	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 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみかりんとう
24	土				牛乳 クラッカー	フルーツジュース せんべい
26	月		御飯 にゅうめん ウインナー スティック野菜 バナナ	米 そうめん ほうれん草 人参 玉ねぎ ウインナー きゅうり 人参 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 おからケーキ
27	火		御飯 鮭の塩焼き 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 オレンジ	米 鮭 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 オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 バームクーヘン
28	水	ちまき作り（そう）	御飯 ボークカレー 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	牛乳 ソフトあられ	牛乳 せんべい （以上児はちまき）
29	木	尿検査 歯科健診	御飯 しゅうまい ナムル キャベツの中華スープ バナナ	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 バナナ	牛乳 クッキー	豆乳 スイートラスク
30	金	尿検査補足日	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	牛乳 ボーロ	牛乳 ビスケット
31	土				牛乳 ビスケット	フルーツジュース ソフトあられ

おめでどうランチ・・・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（御飯）の量は110gです。

今月の果物はバナナ、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。