

# 献立表

2025年 5月

村雨こども園・村雨こども愛分園・村雨こどもなぎさ分園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 木 ランチデー・こどもの日	昼食	わかめごはん こいのぼりハンバーグ マッシュパンプキン フライドポテト たけのこのお吸い物 フルーツ	米 片栗粉  フライドポテト	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐、ちくわ	たまねぎ、にんじん かぼちゃ  たまねぎ、だいこん、たけのこ、わかめ バナナ、いちご	わかめふりかけ ケチャップ、中華だし  塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 兜のたまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵	きゅうり	塩
2 金	昼食	ごはん 鮭のパン粉焼き 豆腐チャンプル ブロッコリーのたまごサラダ 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 パン粉、オリーブ油 砂糖、ごま油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ 木綿豆腐、鶏ひき肉、糸かつお 卵	にんじん、キャベツ、たまねぎ ブロッコリー、コーン たまねぎ、わかめ オレンジ	塩、パセリ粉 しょうゆ 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 たい饅頭	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、こしあん		
7 水	昼食	ごはん のり塩チキン しらすと春キャベツの Pasta ポテトサラダ 油揚げの味噌汁 フルーツ	米 米粉、砂糖 スパゲティ、砂糖、オリーブ油 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏もも肉 しらす干し  みそ、うすあげ	あおのり キャベツ、にんじん、えのき きゅうり、にんじん たまねぎ、だいこん、ねぎ バナナ	酒、塩、おろししょうが しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 フルーツヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	みかん缶	
8 木 お弁当の日	昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ ミートソースマカロニ ブロッコリーとひじきのサラダ わかめスープ フルーツ	米 片栗粉、油 マカロニ マヨドレ	鶏もも肉  ツナ缶 木綿豆腐	たまねぎ、ピーマン、コーン ブロッコリー、コーン、ひじき たまねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、おろししょうが ミートソース しょうゆ、塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ベーコンコーンパン	ホットケーキミックス、砂糖、油	牛乳 豆乳、卵、ベーコン	コーン	
9 金	昼食	ごはん 鮭の西京焼き さつま芋の野菜炒め コールスローサラダ 豆乳スープ フルーツ	米 砂糖 油、さつまいも、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	さけ、みそ  豆乳	ピーマン、コーン キャベツ、にんじん、きゅうり たまねぎ、はくさい、にんじん、しめじ バナナ	酒、みりん しょうゆ 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（クリーム）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳		ドライイースト、塩
10 土	昼食	しょうゆラーメン かぼちゃのごまあえ ブロッコリーのナムル フルーツ	中華めん 砂糖、ごま ごま油	豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ かぼちゃ ブロッコリー、もやし	中華だし、しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
12 月	昼食	ごはん 鱈のおかか焼き 厚揚げの煮物 春キャベツの昆布和え かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米  砂糖	さわら、糸かつお 厚揚げ  みそ、うすあげ	たまねぎ、にんじん キャベツ、こまつな、コーン、塩こんぶ かぼちゃ、たまねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん  だし汁
	午後おやつ	牛乳 キャロットケーキ	ホットケーキミックス、砂糖、バター	牛乳 卵	野菜ジュース、マーマレード	
13 火	昼食	ごはん 豚肉のしょうが焼き かぼちゃの焼きコロケ ポパイサラダ わかたまスープ フルーツ	米 油 パン粉、油 ごまドレッシング	豚肉 鶏ひき肉  木綿豆腐、卵	たまねぎ、にんじん かぼちゃ、たまねぎ ほうれん草、キャベツ、にんじん、コーン はくさい、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん、おろししょうが 塩  中華だし
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		
14 水	昼食	ごはん 甘辛チキン 切り干し大根の卵焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖	鶏もも肉 卵 しらす干し 木綿豆腐	コーン、切り干しだいこん こまつな、キャベツ はくさい、にんじん、わかめ オレンジ	だし汁、しょうゆ、おろしにんにく、塩 しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 のりたまおにぎり	米	牛乳		のりたまふりかけ

15 木	昼食	ごはん 鯖の甘辛焼き 春雨とチンゲン菜炒め かぼちゃサラダ わかめの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、油 はるさめ、砂糖、ごま油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さば（0歳児クラスはたい） ツナ缶 厚揚げ、みそ	チンゲン菜、たまねぎ かぼちゃ、きゅうり、にんじん たまねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 練乳いちごパン	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳	いちごジャム	ドライイースト
16 金	昼食	ひじきごはん 鮭の磯焼き 高野豆腐の卵とし 小松菜とえのきの磯和え さつま汁 フルーツ	米 砂糖 さつまいも	さけ 卵、高野豆腐 みそ、うすあげ	あおのり たまねぎ、ねぎ こまつな、キャベツ、にんじん、のり たまねぎ、にんじん、ねぎ バナナ	しそひじきふりかけ 塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	砂糖、上新粉、油、片栗粉	牛乳 絹豆腐		ココアパウダー、ベーキングパウダー
17 土	昼食	焼肉丼 マッシュさつまいも 青菜のごま和え わかめのすまし汁 フルーツ	米、砂糖、油 さつまいも 砂糖、ごま	牛肉 木綿豆腐	キャベツ、たまねぎ、にんじん チンゲン菜、にんじん わかめ	しょうゆ 塩 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
19 月	昼食	ごはん 鮭のねぎ焼き ひじきの煮物 ほうれん草のゆかり和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 砂糖	さけ さつま揚げ 木綿豆腐、みそ	ねぎ だいこん、にんじん、ひじき はくさい、ほうれん草、コーン たまねぎ、キャベツ、しめじ バナナ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん ゆかり だし汁
	午後おやつ	牛乳 きなこ揚げパン風	食パン、砂糖、バター	牛乳 きな粉		
20 火	昼食	ごはん 鮭の柚子みそ焼き 鶏肉と大根の旨煮 ほうれん草の白和え 若竹汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 砂糖、ごま	さけ、みそ 鶏肉、うすあげ 木綿豆腐	ゆず だいこん、にんじん ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、たけのこ、にんじん、わかめ バナナ	みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ツナマヨおにぎり	米、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 ツナ缶	味付けのり	
21 水	昼食	ごはん チャプチェ じゃがいもの卵焼き チンゲン菜のコーンと和え コンソメスープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖、ごま油 じゃがいも	牛肉 卵	たまねぎ、こまつな、にんじん グリンピース はくさい、チンゲン菜、コーン たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ オレンジ	しょうゆ しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、みりん コンソメ
	午後おやつ	牛乳 いちごヨーグルト	砂糖、コーンフレーク	牛乳 ヨーグルト	いちごジャム	
22 木	昼食	ごはん 鶏チリ 青のりポテト 白菜の昆布和え 大根の味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖、ごま油 じゃがいも	鶏もも肉 みそ、うすあげ	白ねぎ あおのり はくさい、もやし、きゅうり、塩こんぶ だいこん、たまねぎ、にんじん バナナ	ケチャップ、しょうゆ、中華だし、塩 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 フレンチトースト	食パン、砂糖	牛乳 卵、豆乳		
23 金	昼食	ごはん 鯖のみりん焼き 小松菜と厚揚げの煮物 大豆入りマセドアンサラダ 人参のスープ フルーツ	米 油 砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さわら 厚揚げ 大豆 木綿豆腐	こまつな きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	みりん、しょうゆ、塩 だし汁、しょうゆ、塩 塩 だし汁、塩、酒
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
24 土	昼食	五目うどん じゃがいものマヨ焼き ほうれん草の昆布和え フルーツ	うどん、ごま油、砂糖 じゃがいも、マヨドレ	鶏肉、うすあげ	だいこん、にんじん、ねぎ ほうれん草、にんじん、塩こんぶ	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
26 月	昼食	ごはん 鮭の塩焼き さつま芋のレモン煮 小松菜のナムル キャベツの中華スープ フルーツ	米 さつまいも、砂糖 ごま油	さけ	レモン果汁 もやし、こまつな、にんじん キャベツ、たまねぎ、にんじん バナナ	塩 中華だし、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン	牛乳 卵		
27 火	昼食	ごはん チキン南蛮 ジャーマンポテト ほうれん草のおかか和え きのこのスープ フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、片栗粉、砂糖 じゃがいも、油	鶏もも肉、卵 ウインナー 糸かつお 木綿豆腐	たまねぎ たまねぎ、にんじん ほうれん草、キャベツ たまねぎ、しめじ、えのき、ねぎ オレンジ	酢、しょうゆ、塩、パセリ粉 中華だし しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵	かぼちゃ	ベーキングパウダー

28 水	昼食	シーチキンカレー 焼きかぼちゃ マカロニサラダ フルーツ	米、じゃがいも  マカロニ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	ツナ缶、大豆	たまねぎ、にんじん、グリーンピース かぼちゃ にんじん、きゅうり、キャベツ バナナ、いちご	カレールー 塩 塩
	午後おやつ	牛乳 ピザトースト	食パン	牛乳 ウインナー、チーズ	たまねぎ、コーン	ケチャップ
29 木	昼食	ごはん 鯖の甘辛焼き 大根のツナ焼き 小松菜とひじきのマヨ和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 砂糖  マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	さば（0歳児クラスはたい） ツナ缶  木綿豆腐、みそ	だいこん こまつな、にんじん、ひじき キャベツ、たまねぎ、ねぎ、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 スイートポテト	さつまいも、砂糖、バター	牛乳 豆乳		
30 金	昼食	ごはん 鮭の照り焼き 切干し大根の旨煮 ブロッコリーのマヨサラダ わかたま汁 フルーツ	米 砂糖、油 砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ うすあげ  卵	にんじん、切り干しだいこん ブロッコリー、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 クッキー	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 牛乳		
31 土	昼食	みそラーメン 厚揚げのおかか焼き ブロッコリーのサラダ フルーツ	中華めん  砂糖	豚肉、みそ 厚揚げ、糸かつお	はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン  ブロッコリー、コーン	中華だし しょうゆ、みりん ノンオイル和風ドレッシング
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

※献立は、変更になる場合があります。  
 ※★は新メニューです。