

令和7年度

5月献立表

岡崎幼稚園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 ご飯	2 カリカリバケット (小麦)	3 (憲法記念日)
			米40 鯖ボール おから10 鯖の水煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1 ごま酢和え もやし50 乾わかめ0.5 塩 人参5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	鶏肉20 じゃが芋40 玉葱30 塩0.5 ほうれん草4 牛乳90 油 人参20 バター3 米粉3 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2	休 園 日
			ヨーグルト (市販) おせんべい (市販) ※牛乳	非常用おかゆ 米 ゆかり 炒り小魚 ※チーズ	
5	6	7	8	9	10
休 園 日	休 園 日	マーボー丼 米40 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 玉葱20 砂糖1 みりん1 片栗粉2 生姜 赤味噌1 油0.3 醤油2 酒1 チンゲン菜のごま和え チンゲン菜30 人参10 ツナ缶8 もやし10 砂糖1 ごま2 醤油1 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	ご飯 米40 鮭のマヨ焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 マヨドレ6 ほうれん草とキャベツの サラダ ほうれん草30 キャベツ20 冷コーン8 醤油2.5 酢1.2 塩0.1 砂糖0.2 オリーブ油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	ゆかりご飯 米40 ゆかり 豚肉とふきと たけのこの煮物 豚肉18 たけのこ25 ふき10 ぜんまいの水煮15 油揚げ6 人参10 砂糖1.5 醤油2 油0.8 みりん1 酒2 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	ご飯 米40 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 冷三度豆3 糸こんにゃく8 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布
		マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 するめ 牛乳 ※レーズン	じゃが芋のお焼き じゃが芋 塩 片栗粉 青のり 牛乳 ※バナナ	ワッフル (市販) (小麦・卵・乳) フルーン 牛乳 ※チーズ	清見オレンジ きらずあげ (市販) (小麦) 牛乳 ※おせんべい
12 非常用ひじきご飯	13 ご飯	14 豆ごはん	15 (幼児弁当日) ご飯	16 ご飯	17 あじさいご飯
松風焼き 鶏ミンチ30 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油0.8 酢の物 きゅうり40 ちりめんじゃこ3 乾わかめ0.3 人参3 酢2 砂糖1 醤油1 塩 清汁 豆腐25 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお	米40 チンジャオロース 豚肉30 ピーマン20 赤ピーマン8 たけのこ10 エリンギ20 酒1 醤油2 砂糖1 ごま油1 三色の土佐和え 小松菜35 人参10 えのき10 花かつお1 砂糖0.8 醤油2 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	米40 えんどう豆20 塩0.3 出し昆布 鯖の照り焼き 鯖50 砂糖1 醤油2 酒4 みりん4 千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 冷いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 味噌汁 麴(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 厚揚げと豚肉のおかか炒め 厚揚げ30 豚肉20 玉葱20 人参10 キャベツ20 もやし20 砂糖1 醤油2 花かつお1 片栗粉1 酒1 みりん1 油 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 おからボール おから10 鶏ミンチ10 牛蒡8 豚ミンチ5 ひじき1 豆腐25 油 醤油2 砂糖1 片栗粉5 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 人参5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 梅干し5 出し昆布 ちりめんじゃこ2 青じそ1 ごま1 鶏と高野豆腐の 炊き合わせ 鶏30 高野豆腐8 砂糖1.5 人参20 三度豆2.5 酒2 醤油2 みりん1 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布
ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 苺ジャム 牛乳 ※バナナ	厚揚げのお好み焼き風 厚揚げ 花かつお 青のり ソース マヨドレ 牛乳 ※チーズ	よもぎだんご 団子粉 よもぎ 砂糖 黄粉 塩 豆腐 牛乳 ※おせんべい	ボンデ・シロゴマ 白玉粉 小麦粉 豆腐 BP 砂糖 塩 油 ごま 牛乳 ※レーズン	みかんゼリー みかんジュース 砂糖 アガー みかん缶 カリカリトースト (小麦・乳) 牛乳 ※フルーン	手作りクッキー 小麦粉 BP バター 砂糖 牛乳 牛乳 ※おせんべい

月曜日 19 ご飯	火曜日 20 カリカリバケット (小麦)	水曜日 21 ご飯	木曜日 22 (誕生日会) アンパンマンピラフ	金曜日 23 ご飯	土曜日 24 あじさいご飯
米40 野菜炒め 豚肉25 人参15 ピーマン5 玉葱20 もやし20 キャベツ40 醤油2 酒1 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	クリームシチュー 鶏肉20 じゃが芋40 玉葱30 塩0.5 ほうれん草4 牛乳90 油 人参20 バター3 米粉3 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2	米40 鮭のマヨ焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 マヨドレ6 ほうれん草とキャベツの サラダ ほうれん草30 キャベツ20 冷コーン8 醤油2.5 酢1.2 塩0.1 砂糖0.2 オリーブ油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米45 玉葱20 油 塩0.3 ケチャップ4 カットトマト5 ウインナー4 レーズン2 ひじき0.1 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.5 酒4 醤油2 みりん2 油5 生姜 サラダ レタス20 マヨドレ3 塩0.1 きゅうり8 人参20 野菜スープ 玉葱15 キャベツ10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン メロン	米40 五目豆腐 豆腐60 豚肉15 玉葱25 人参10 絹さや2 干椎茸1 油0.3 酒2 醤油2 砂糖1 塩0.2 片栗粉1.2 生姜 たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1.5 酢1.2 塩 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 梅干し5 出し昆布 ちりめんじゃこ2 青じそ1 ごま1 鶏と高野豆腐の 炊き合わせ 鶏30 高野豆腐8 砂糖1.5 人参20 三度豆2.5 酒2 醤油2 みりん1 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布
マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 するめ 牛乳 ※リースン	梅干しおにぎり 米 梅干 塩 炒り小魚 ※チーズ	じゃが芋のバター焼き じゃが芋 バター 塩 フルーン 牛乳 ※バナナ	ヨーグルト (市販) おせんべい (市販) ※牛乳	わらびもち わらびもち粉 砂糖 黄粉 牛乳 ※フルーン	手作りクッキー 小麦粉 BP バター 砂糖 牛乳 牛乳 ※おせんべい
26 マーボー丼	27 ご飯	28 非常用ひじきご飯	29 ご飯	30 ご飯	31 ご飯
米40 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 玉葱20 砂糖1 みりん1 片栗粉2 生姜 赤味噌1 油0.3 醤油2 酒1 チンゲン菜のごま和え チンゲン菜30 人参10 ツナ缶8 もやし10 砂糖1 ごま2 醤油1 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	米40 鯖ボール おから10 鯖の水煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1 キャベツのゆかり和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 ゆかり0.5 砂糖0.8 醤油1.5 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱115 味噌4.5 煮干 出し昆布	鶏ミンチ30 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油0.8 酢の物 きゅうり40 ちりめんじゃこ3 乾わかめ0.3 人参3 酢2 砂糖1 醤油1 塩 清汁 麴1(小麦) 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお	米40 チンジャオロース 豚肉30 ピーマン20 赤ピーマン8 たけのこ10 エリンギ20 酒1 醤油2 砂糖1 ごま油1 三色の土佐和え 小松菜35 人参10 えのき10 花かつお1 砂糖0.8 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ20 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉2 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5 ピーマンのごま和え ピーマン20 人参10 カラーピーマン20 醤油1 砂糖1 ごま2 味噌汁 キャベツ15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 冷三度豆3 糸こんにゃく8 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布
ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 毎ジャム 牛乳 ※おせんべい	みかんゼリー みかんジュース 砂糖 アガー みかん缶 きらずあげ (市販) (小麦) 牛乳 ※フルーン	厚揚げのお好み焼き風 厚揚げ 花かつお 青のり ソース 牛乳 ※おせんべい	じゃが芋のお焼き じゃが芋 塩 片栗粉 青のり 牛乳 ※バナナ	豆乳もち 豆乳 片栗粉 黄粉 砂糖 牛乳 ※リースン	バナナ チーズ ※牛乳



新年度が始まって1ヶ月が過ぎ、新入児さん達も園の給食に慣れ、楽しく給食を食べています。
また、年長・年中クラスの保護者の皆様、お忙しい中、水筒持参のご協力ありがとうございます。
これから暑くなるので、水分補給をして熱中症予防を心がけましょう。

※今月は、非常食用おかゆ・ひじきご飯を入れ替えのため献立に取り入れています。

今が旬「グリーンピース（えんどう豆）」

色鮮やかな緑色が新鮮な証。主にたんぱく質・ビタミンB・C・βーカロテンそして、多くの食物繊維が含まれています。これらは免疫力を高め、新陳代謝を円滑にし、風邪予防・便秘改善に役立ちます。
園では、子ども達に豆をさやから出してもらってお手伝いをして、豆ご飯にして食べる予定です。
そこで、「豆ごはん」の作り方を紹介します。お家でもぜひ作ってみてくださいね。

～米 2合分～

材料：米 2合・えんどう豆 80g・塩 4g

作り方：米を洗い、炊飯器に米と水をセットし30分ほど浸けておきます。

えんどう豆をさやから出し、さやも3枚ほどサッと洗い炊飯器に入れ塩を



※印は乳児の朝のおやつです。
材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
(乳児は4/5(80%)になります。)
※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。

