

令和7年 5月(満洲市認可外保育園)

5月の献立表

なかよし給食センター
童見城字童見城493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
5月1日(木) (うちな〜メニュー)	カラフルもずく煮 鶏のから揚げ 人参しりしり なめこの味噌汁 麦ごはん 果物	片栗粉 米、麦	鶏ミンチ 鶏肉 ツナ(魚)、卵 豆腐、味噌(大豆)	もずく、人参、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、コーン 人参、ニラ なめこ、わかめ、万能ネギ
5月2日(金) (こどもの日メニュー)	チキンライス チキンチーズ大葉巻き ポテトサラダ ほうれん草スープ ゼリー	米 小麦粉、パン粉 じゃがいも、マヨネーズ(卵)	鶏肉、錦糸卵 鶏肉、チーズ(乳・卵) ハム(乳) ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、ピーマン、コーン、人参 大葉 人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン ほうれん草、えのき
5月7日(水)	キーマカレー ブロッコリーのおかか和え コロッケ わかめスープ 雑穀ごはん 果物(オレンジ)	小麦粉(乳) じゃが芋 小麦粉、パン粉、じゃがいも 米、麦、きび、黒米	豚ミンチ、鶏レバー 花かつお(魚) 牛肉(乳・卵) 卵	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、トマト ブロッコリー、人参、コーン、ひじき (玉ねぎ) わかめ、えのき、しめじ
5月8日(木) (ゴーヤーの日)	ゴーヤーチャンプルー ひじきとマヨサラダ ちくわの磯辺揚げ キャベツのお味噌汁 麦ごはん 果物	マヨネーズ(卵) 小麦粉 米、麦	豚肉、卵、豆腐(大豆) 鶏ささみ、チーズ(乳) ちくわ(魚・卵) 豆腐、味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ ひじき、人参、コーン、枝豆 青のり キャベツ、人参
5月9日(金)	マーボー豆腐 春雨サラダ 魚肉ソーセージ卵とじ 卵の中華スープ きびごはん チーズ	片栗粉 白ごま、春雨 ごま、片栗粉 米、きび	豆腐(大豆)、豚ミンチ ハム(乳) 魚肉ソーセージ(甲・魚)、卵 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸 人参、コーン、きゅうり 人参、玉ねぎ、ニラ 白菜、人参、えのき、コーン
5月10日(土)	筑前煮 かぼちゃサラダ だし巻き卵 ほうれん草のお味噌汁 白米ごはん 果物(オレンジ)	じゃがいも マヨネーズ(卵) 米	鶏肉 ハム(乳)、大豆水煮(大豆) 卵 味噌、油揚げ(大豆)	大根、人参、ごぼう、インゲン かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ、しめじ
5月12日(月)	豚肉と根菜の味噌炒め ほうれん草の白和え マグロメンチカツ 豆腐とわかめのお吸い物 きびごはん 果物	さつま芋、じゃが芋 ごま 小麦粉、パン粉 麴(小麦粉) 米、きび	豚肉、味噌(大豆) 豆腐(大豆)、味噌(大豆) マグロ(魚・卵・乳) 豆腐(大豆)	玉ねぎ、人参、ごぼう、インゲン 人参、ほうれん草、ひじき わかめ、玉ねぎ、万能ねぎ
5月13日(火)	ジャージャー麺 ブロッコリーとごまサラダ 油淋鶏 卵スープ 麺 果物(バナナ)	片栗粉 ごまドレッシング(卵) ごま、片栗粉 片栗粉 麺(小麦粉)	豚ミンチ、味噌(大豆) ツナ(魚) 鶏肉 卵	玉ねぎ、人参、椎茸、ニラ ブロッコリー、人参、コーン、ひじき 白ネギ 玉ねぎ、白菜
5月14日(水)	肉じゃが ひじき煮 納豆 大根とえのきのお味噌汁 麦ごはん 果物(オレンジ)	じゃがいも 米、麦	豚肉 油揚げ(大豆)、ちくわ(魚・卵) 大豆 味噌(大豆) 高野豆腐(大豆)	玉ねぎ、人参、こんにゃく、インゲン ひじき、人参、枝豆、コーン 大根、えのき、万能ねぎ
5月15日(木) (うちな〜メニュー)	うちな〜風ちゃんぽん もずく酢 ちくわとお豆さんの甘辛煮 ゆし豆腐 白米ごはん いわしっ子	 米	豚肉、ボーク(乳)、卵 花かつお(魚) ちくわ(魚・卵)、大豆 豆腐、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン もずく、大根、きゅうり 玉ねぎ、ピーマン 万能ネギ
5月16日(金)	八宝菜 チキンナゲット ごぼうサラダ 白菜と卵スープ 雑穀ごはん 果物(オレンジ)	片栗粉 ドレッシング(乳・卵・ごま) ごま 米、きび、麦、黒米	豚肉、エビ 鶏肉(乳・卵) ハム(乳) 卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、ヤングコーン、椎茸、ニラ ごぼう、人参、きゅうり、コーン 白ネギ、トマト、白菜

令和7年 5月(満洲市認可外保育園)

5月の献立表

なかよし給食センター
童見城字童見城493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
5月17日(土)	鮭そぼろ メンチカツ オクラとひじきのサラダ 豆腐のお味噌汁 白米ごはん 果物	小麦粉、パン粉 ごま、マヨネーズ(卵) 米	鮭(魚)、卵 牛肉(乳) 豆腐(大豆)味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、枝豆 玉ねぎ ひじき、玉ねぎ、コーン、オクラ わかめ、玉ねぎ、えのき
5月19日(月)	おろしハンバーグ ちくわサラダ パパイア炒め わかめのお味噌汁 麦ごはん 果物(オレンジ)	ドレッシング(ごま) 米、麦	牛・豚(乳) ちくわ(魚・卵) ポーク(乳)、ツナ(魚) 豆腐(大豆)味噌(大豆)	大根おろし、万能ねぎ キャベツ、人参、コーン、枝豆、ひじき パパイア、人参、ニラ わかめ、玉ねぎ、しめじ
5月20日(火)	高野豆腐の酢豚 春雨サラダ 焼き餃子 中華スープ 雑穀ごはん 果物	片栗粉 春雨、ごま 小麦粉 ごま 米、きび、麦、黒米	豚肉、高野豆腐(大豆) ハム(乳) 豚肉 卵	玉ねぎ、人参、椎茸、ヤングコーン、ピーマン きゅうり、人参、コーン キャベツ・ニラ キャベツ、玉ねぎ、えのき
5月21日(水)	鶏そぼろ ひじきのツナマヨサラダ クープイリチー 豆腐のお味噌汁 きびごはん チーズ	マヨネーズ(卵) 米、きび	鶏ミンチ、卵 ツナ(魚) 豚肉 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ほうれん草、コーン ひじき、人参、コーン、ブロッコリー 昆布、人参、切干大根、大根、こんにゃく、ねぎ えのき、わかめ
5月22日(木)	クリームシチュー サーモンフライ シーザーサラダ パン 果物(バナナ)	小麦粉(乳)、じゃがいも 小麦粉、パン粉 ドレッシング(卵・乳) パン(小麦粉・大豆)	鶏肉、脱脂粉乳 鮭(魚・乳・卵) ベーコン(卵・乳)	人参、ブロッコリー、玉ねぎ、白菜、しめじ キャベツ、きゅうり、人参、コーン
5月23日(金) (うちなーメニュー)	ぶーチキナーチャンブルー 肉団子 中華イカの和え物 もずくのお味噌汁 白米ごはん 果物	麩(小麦粉) 片栗粉 ゴマ 麩(小麦) 米	豚肉、卵 鶏肉(乳・卵) イカ(乳) 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、キャベツ、ほうれん草、チキナー 大根、きゅうり、昆布 もずく、玉ねぎ、人参、万能ねぎ
5月24日(土)	ポークチャップ コロッケ ブロッコリーサラダ コンソメスープ 白米ごはん 果物(オレンジ)	小麦粉、パン粉、じゃがいも ドレッシング(ごま) 米	豚肉 卵 鶏ささみ 卵	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、トマト かぼちゃ・玉ねぎ ブロッコリー、人参、コーン、ひじき キャベツ、えのき、しめじ
5月26日(月)	五目さんびら わかめときゅうりのツナ和え 鶏しんじょう 葉野菜と卵のお味噌汁 麦ごはん 果物	すりごま ドレッシング(ごま) 片栗粉 米、麦	豚肉、ちくわ(魚・卵) ツナ(魚) 鶏肉(乳・卵) 卵、味噌(大豆)	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく わかめ、大根、きゅうり 大根おろし、万能ネギ ほうれん草、白菜、しめじ
5月27日(火)	ハヤシライス マカロニサラダ ー口とんかつ わかめスープ 雑穀ごはん 果物(オレンジ)	小麦粉(乳) マカロニ、マヨネーズ(卵) 小麦粉、パン粉 ごま 米、麦、きび、黒米	牛肉 ハム(乳) 豚肉(乳・卵)	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、枝豆 玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン わかめ、玉ねぎ
5月28日(水)	豚肉とブロッコリーのトマト煮 シーザーサラダ ツナと茄子のショートパスタ コンソメスープ きびごはん いわしっ子	じゃがいも ドレッシング(乳・卵) パスタ(小麦粉) 片栗粉 米、きび	豚肉 ベーコン(乳・卵) ツナ(魚)、チーズ(乳)	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト、しめじ、白菜 キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、ブロッコリー、(パプリカ・ズッキーニ・なす) 玉ねぎ、コーン、パセリ
5月29日(木)	白身魚ときのごあんかけ だし巻き卵 かぼちゃサラダ 豚汁 麦ごはん 果物(オレンジ)	片栗粉 マヨネーズ(卵) じゃがいも 米、麦	白身魚(魚) 卵 ハム(乳)、大豆水煮 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ
5月30日(金)	鶏肉と野菜の卵とじ メンチカツ ほうれん草の胡麻和え じゃが芋のお味噌汁 ひじきごはん 果物	小麦粉、パン粉 ごま(乳) じゃがいも 米、ごま	鶏肉、卵 牛肉(乳) 味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ ほうれん草、人参、オクラ 玉ねぎ、人参、ニラ ひじき
5月31日(土) (うちなーメニュー)	豆腐チャンブルー ちくわの磯辺揚げ ねばねばサラダ 大根のお味噌汁 白米ごはん 果物(バナナ)	小麦粉 米	豚肉、豆腐(大豆)、ツナ(魚) ちくわ(魚・卵) 花かつお(魚) 味噌(大豆)、油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ 青のり もずく、オクラ、なめこ 大根、えのき、万能ネギ

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	カルシウムmg	食塩相当量g
給与栄養目標量	580	20	16~19	200	1.9
平均給与栄養量	601	22.9	18.3	220	1.8