

令和7年5月分

予定献立表
(1・2歳児)

富士見市保育課

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	1kgあたり [kcal]	蛋白質 [g]			
1	木	きらきらコーン	ポークカレーライス ツナと大根のサラダ 福神漬け ぶどうゼリー	おかから入りスコーン 牛乳	豚もも、スキムミルク、まぐろ缶、おかから、牛乳	こめ、じゃがいも、植物油、 脂、薄力粉、マヨネーズ、ゼリー、 バター、砂糖	にんじん、たまねぎ、だいこん、福神漬	531	14.7			
2	金	スティック チーズ	 たけのこご飯、みそ汁 鶏肉の照焼き キャベツとツナのお浸し	こいのぼりせんべい フルーツヨーグルト	チーズ、まこんぶ、鶏もも、 油揚げ、豆腐、削り節、まぐろ缶、 ヨーグルト	こめ、砂糖、塩せんべい	にんじん、たけのこ、さやえんどう、 ほうれん草、たまねぎ、キャベツ、もも缶、 みかん缶	388	19.6			
行事食：こどもの日												
7	水	おこめリング	豚肉の香味焼き丼、みそ汁 人参の甘煮 温州みかんゼリー	ハムとコーンの もちりりパン 牛乳	豚かたのロース、かつお節、 わかめ、削り節、ハム、牛乳	こめ、植物油、じゃがいも、 砂糖、ゼリー、薄力粉	にんにく、たまねぎ、にんじん、スイートコーン	520	17.7			
8	木	牛乳	ご飯、みそ汁 つくねの甘辛煮 切干大根の煮付け オレンジ	茶めしおにぎり たくあん	牛乳、削り節、鶏ひき肉、油揚げ	こめ、焼きそば、パン粉、砂糖、 片栗粉、植物油	にんじん、たまねぎ、しょうが、切干しだいこん草、 葉ねぎ、オレンジ、たくあん漬	477	19.0			
9	金	クラッカー	ご飯、みそ汁 サーモンフライ ほうれん草とコーンのソテー	バナナ きらきらコーン のむヨーグルト	油揚げ、削り節、べにざけ、 乳酸菌飲料	クラッカー、こめ、薄力粉、 パン粉、植物油、マヨネーズ	キャベツ、だいこん、パセリ、スイートコーン、 ほうれん草、にんじん、バナナ	465	20.2			
10	土	牛乳	ミートソーススパゲッティ デザートヨーグルト	たまごパン 野菜ジュース	牛乳、豚ひき肉、チーズ、 デザートヨーグルト	スパゲッティ、植物油、菓子パン	たまねぎ、にんじん、にんにく、 トマト缶、野菜ジュース	429	14.4			
12	月	スティック チーズ	ご飯、みそ汁 鶏肉のはちみつ焼き ポテトサラダ オレンジ	ホットケーキ 牛乳	チーズ、わかめ、油揚げ、 削り節、鶏もも、牛乳	こめ、はちみつ、植物油、 じゃがいも、マヨネーズ、 薄力粉、メープルシロップ	はくさい、しょうが、きゅうり、 にんじん、スイートコーン、オレンジ	468	22.0			
13	火	牛乳	ご飯、みそ汁 豆腐のまさご揚げ 小松菜ともやしのごま和え	黒糖ロール 野菜ジュース	牛乳、削り節、豆腐、むきえび、 鶏ひき肉、ちりめんじゃこ	こめ、さつまいも、片栗粉、 植物油、ごま、砂糖、食パン	キャベツ、にんじん、こまつな、 もやし、野菜ジュース	569	19.4			
14	水	きらきらコーン	 ぐあよし ぐあ立 ご飯、みそ汁 かじきの蒲焼き ほうれん草と人参のお浸し	オレンジ 塩せんべい	わかめ、削り節、めかじき	こめ、じゃがいも、片栗粉、 植物油、砂糖、塩せんべい	たまねぎ、ほうれん草、にんじん、 オレンジ	319	14.4			
15	木	牛乳	食パン、オニオンスープ 鶏肉のマーマレード焼き キャベツとソーセージのカレー炒め	三色おにぎり	牛乳、ベーコン、鶏もも、 ソーセージ、乾燥わかめ	食パン、植物油、こめ	たまねぎ、マーマレード、キャベツ、 たくあん漬、きゅうり	386	18.9			
16	金	バナナ	ご飯、みそ汁 鮭のトマトソースかけ ブロッコリー	ころころドーナツ 牛乳	油揚げ、削り節、さけ、鶏卵、 牛乳	こめ、薄力粉、植物油、 バター、マヨネーズ、砂糖、 粉糖	バナナ、こまつな、にんじん、 たまねぎ、トマト、パセリ、 ブロッコリー	426	18.6			
17	土	牛乳	ツナスパゲッティ プレーンヨーグルト	ミニクリームパン 野菜ジュース	牛乳、まぐろ缶、チーズ、 ヨーグルト	スパゲッティ、植物油、 砂糖、クリームパン	トマト缶、たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、野菜ジュース	457	15.5			
19	月	おこめリング	ご飯、すまし汁 鶏肉の味噌焼き 青菜の納豆和え バナナ	バームクーヘン 牛乳	わかめ、削り節、まこんぶ、 鶏もも、納豆、牛乳	こめ、砂糖、植物油	えのきたけ、たまねぎ、ほうれん草、 にんじん、もやし、バナナ	432	19.8			
20	火	クラッカー	ご飯、みそ汁 豚レバーの甘辛揚げ ツナモヤシマン	デザートヨーグルト ウエハース	豆腐、削り節、豚肝臓、まぐろ缶、 デザートヨーグルト	クラッカー、こめ、植物油、 砂糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、 もやし	364	14.7			
21	水	牛乳	ご飯、みそ汁 白身魚の変わり焼き じゃが芋のごま和え オレンジ	さつまいもと栗のタルト きらきらコーン	牛乳、油揚げ、削り節、すけとう、 チーズ	こめ、マヨネーズ、パン粉、 バター、植物油、じゃがいも、 ごま、砂糖、タルト	はくさい、だいこん、こまつな、 オレンジ	501	19.1			
22	木	バナナ	きつねうどん 野菜かき揚げ ごま酢あえ	五平餅	油揚げ、削り節	うどん、砂糖、さつまいも、 薄力粉、植物油、ごま、こめ、 もち米	バナナ、根深ねぎ、にんじん、 たまねぎ、ピーマン、だいこん、 きゅうり	434	9.7			
23	金	スティック チーズ	ご飯、豚汁 かじきの照焼き きゅうりスティック オレンジ	ミートマカロニ 牛乳	チーズ、豚かたのロース、削り節、 めかじき、豚ひき肉、牛乳	こめ、植物油、砂糖、マカロニ	ごぼう、にんじん、だいこん、 根深ねぎ、きゅうり、オレンジ、 たまねぎ、トマト缶	431	23.5			
24	土	牛乳	焼きうどん バナナ	スティックパン 野菜ジュース	牛乳、豚かたのロース、あおのり、 削り節	うどん、植物油、コッペパン	キャベツ、にんじん、ピーマン、 バナナ、野菜ジュース	377	11.3			
26	月	おこめリング	ご飯、みそ汁 豚肉と焼き豆腐の煮物 きゅうりのおか和え オレンジ	味噌ポテト 牛乳	油揚げ、削り節、豚かたのロース、 豆腐、かつお節、牛乳	こめ、白滝、植物油、砂糖、 フライドポテト	たまねぎ、ほんしめじ、はくさい、 根深ねぎ、にんじん、きゅうり、 オレンジ	555	16.7			
27	火	牛乳	ツナご飯、みそ汁 チキンナゲット フレッシュサラダ	きな粉ラスク 牛乳	牛乳、まぐろ缶、削り節、鶏ひき肉、 豆腐、チーズ、きな粉	こめ、マヨネーズ、片栗粉、 植物油、砂糖、食パン、 マーガリン	にんじん、えのきたけ、キャベツ、 レタス、きゅうり、トマト、 黄ピーマン	591	22.9			
28	水	スティック チーズ	 リクエスト メニュー わかめご飯、コーンスープ 鮭の味噌マヨ焼き パインサラダ いちごゼリー	バナナ きらきらコーン 牛乳	チーズ、乾燥わかめ、鶏もも、 さけ、牛乳	こめ、マヨネーズ、砂糖、 植物油	たまねぎ、スイートコーン、 にんじん、パイン缶、レタス、 バナナ	449	17.6			
29	木	牛乳	ご飯、みそ汁 焼きメンチカツ ブロッコリーサラダ オレンジ	ソース焼きそば	牛乳、豆腐、油揚げ、削り節、 豚ひき肉、豚かたのロース、 あおのり	こめ、パン粉、片栗粉、 植物油、マヨネーズ、中華めん	こまつな、キャベツ、たまねぎ、 ブロッコリー、にんじん、きゅうり、 スイートコーン、オレンジ、 ピーマン	505	20.7			
30	金	クラッカー	ご飯、みそ汁 かじきの和風ステーキ 山吹和え	ツナサンド のむヨーグルト	わかめ、削り節、めかじき、 鶏卵、まぐろ缶、乳酸菌飲料	クラッカー、こめ、片栗粉、 植物油、砂糖、ロールパン、 マヨネーズ	根深ねぎ、なめこ、だいこん、 りんご、たまねぎ、ほうれん草、 キャベツ、にんじん、きゅうり	489	23.2			
31	土	牛乳	スパゲッティナポリタン プレーンヨーグルト	黒糖パン 野菜ジュース	牛乳、ハム、チーズ、ヨーグルト	スパゲッティ、植物油、砂糖、 食パン	トマト缶、たまねぎ、ほんしめじ、 ピーマン、野菜ジュース	454	16.6			
※5月14日(水)は、なかよし献立(アレルギー代替食のない日)です。 ※5月28日(水)の昼食は、第五保育所5歳児のリクエストメニューです。 ※離乳食の完了期は1・2歳児のメニューを軟飯で提供します。 ※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。 ※麦茶は、献立表には記載してありません。								★初めて食べる食材については、アレルギー 症状の有無について事前にご家庭で確認を していただくよう協力をお願いします。		【月平均】塩分 1.7g	459	18.0