



献立表

2025年



※材料の都合で、献立を変更する場合があります。

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 (%)は2歳未満	材 料 名				※おやつは記入なし	10時おやつ ○：2歳未満 ●：2歳児	3時おやつ ○：2歳未満 ●：2歳以上
			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	調味料			
5月	カレーライス ひじきとキャベツのサラダ パナナ	770.9(748.1) 20.5(19.7) 30.2(30.5) 2.9(2.8)	米、じゃがいも、マヨ ネース、油	豚肉	たまねぎ、バナナ、にん じん、キャベツ、とうも ろこし、ひじき	カレールウ、食塩	牛乳 ○●アンパンマンひ とくちビスケット	牛乳 ○アンパンマンふんわりやさしい コーン ●おさかなあじのパフスナック	
6火	ごはん からあげ 中華風サラダ みそ汁（わかめ）	716.3(639.2) 32.3(26.0) 28.6(27.3) 1.7(1.5)	米、片栗粉、油、はるさ め、砂糖、ごま油	鶏肉、豆腐、みそ、油揚 げ	もやし、きゅうり、ね ぎ、にんじん、にんにく、 しょうが、わかめ	かつおだし汁、しょう ゆ、みりん、酢、食塩	牛乳 ○●栄養サポート バーミルクココア	牛乳 ○小魚せんべい ●きなこ棒	
7水	焼きそば ボテトサラダ（りんご） パイント缶	506.2(473.7) 15.3(16.5) 20.4(19.3) 1.3(1.1)	めん、じゃがいも、マヨ ネース、油	豚肉	パイン、もやし、きゅうり、 キャベツ、にんじん、りん ご、たまねぎ、とうもろこ し、あおのり	ソース、酒、食塩、こ しょう	牛乳 ○●カルシウムヨー グルト	牛乳 ○やきいもクッキー ●ヨーグルト	
8木	ごはん さばのみそ煮 ほうれんそうのお浸し（ごま） すまし汁（キャベツ・こまつな）	576.8(539.4) 22.3(24.1) 21.1(18.0) 1.9(1.7)	米、砂糖	さば、みそ	ほうれんそう、キャベ ツ、こまつな、えのきた け、ごま、しょうが	かつおだし汁、みりん、 しょうゆ、酒、食塩	牛乳 ○●かぼちゃboro	牛乳 ○ブチダノン（もも） ●豆乳プリンタルト	
9金	ごはん 豚肉と野菜のごま炒め キャベツとじゃこの酢あえ 豆腐みそ汁（だいこん・わかめ）	634.6(660.5) 28.0(25.9) 24.3(25.9) 1.6(1.4)	米、油、砂糖	豚肉、豆腐、みそ、しら す	たまねぎ、キャベツ、ね ぎ、だいこん、にんじ ん、ごま、にんにく、 しょうが、わかめ	かつおだし汁、しょう ゆ、酒、酢	牛乳 ○●ミニアスパラガ スboro	牛乳 ○ミニアスパラガスboro ●つぶせんべい	
10土	わかめごはん 豚汁	342.7(333.6) 8.8(9.7) 3.8(5.9) 2.8(2.4)	米、ごま油	豚肉、みそ	だいこん、ねぎ、にんじ ん、ごぼう	かつおだし汁	牛乳 ○●がんばれ小魚家 族		
12月	ピビンバ 中華スープ（いも・もやし・ごま） パナナ	651.5(589.3) 21.8(20.4) 21.7(19.5) 1.9(1.5)	米、じゃがいも、油、砂 糖、ごま油	豚肉、鶏肉	バナナ、もやし、ほうれ んそう、にんじん、たま ねぎ、ねぎ、ごま、にん にく、しょうが、わかめ	しょうゆ、みりん、中華 だし、食塩	牛乳 ○●チャーリーのだ いぼうけん（メイシー）	牛乳 ●黒豆きなこクッキー ○アンパンマンのあげせん	
13火	ごはん しょうが焼き ひじきの煮物 みそ汁（キャベツ・コーン）	688.6(632.2) 26.7(25.5) 29.7(25.8) 1.9(1.8)	米、油、ごま油、砂糖、 片栗粉	豚肉、みそ、油揚げ	たまねぎ、キャベツ、に んじん、とうもろこし、 さやえんどう、ひじき、 しょうが	かつおだし汁、しょう ゆ、酒、みりん	牛乳 ○●さんかくおむす び（メイシー）	牛乳 ○ブチダノン（りんご） ●フレンズクレープ（カスター ド風）	
14水	ちゃんぽんめん かき揚げ パナナ	565.4(595.5) 18.4(20.9) 17.4(19.6) 2.2(1.9)	めん、さつまいも、油、 片栗粉、米粉、ごま油	豚肉	バナナ、たまねぎ、キャ ベツ、にんじん、もや し、ピーマン	しょうゆ、中華だし、食 塩	牛乳 ○●カルシウムヨー グルト	牛乳 ○やきいもクッキー ●ふんわりさつまぼうろ ※2歳児はピスコ	
15木	ごはん さけの西京焼き チンゲン菜の昆布和え すまし汁（キャベツ・こまつな）	447.4(476.1) 20.3(22.8) 9.1(13.4) 1.4(1.4)	米、砂糖、ごま油	さけ、みそ	チンゲンサイ、もやし、 キャベツ、こまつな、え のきだけ、塩こんぶ	かつおだし汁、しょう ゆ、食塩、みりん	牛乳 ○●シリルと山のお んがくたい（メイシー）	牛乳 ○ブチダノン（みかん） ●カルテツサブレ ※2歳児はいちごヨーグルト	
16金	わかめごはん からあげ（のり） 小松菜の煮浸し 豆腐みそ汁（だいこん・あげ）	740.7(761.7) 32.9(29.8) 29.5(27.7) 4.1(3.6)	米、片栗粉、油	鶏肉、豆腐、油揚げ、み そ	こまつな、だいこん、に んじん、ねぎ、のり、 しょうが	かつおだし汁、しょう ゆ、酒、みりん	牛乳 ○●メープルスナッ ク（メイシー）	牛乳 ○コロコロピスケットboro ●もち麦せんべい	
17土	ケチャップライス ボトフ	365.9(357.2) 13.5(14.4) 5.4(7.6) 0.9(0.8)	米、じゃがいも、油	鶏肉	たまねぎ、キャベツ、に んじん、ピーマン	ケチャップ、洋風だし、 食塩	牛乳 がんばれ小魚家族		
19月	中華丼 中華スープ（チンゲン菜・えのき） パナナ	517.9(523.1) 15.4(15.8) 14.4(17.8) 1.5(1.2)	米、ごま油、片栗粉	豚肉	バナナ、キャベツ、チ ンゲンサイ、にんじん、た まねぎ、えのきだけ、た けのこ、しいたけ、きく らげ、しょうが、わか め	しょうゆ、中華だし、食 塩	牛乳 ○●うみのおさんぽ (メイシー)	牛乳 ○かぼちゃクッキー ●鯛あられ	
20火	ごはん さばのみそ煮 冬キャベツと油揚げの煮浸し 豆腐すまし汁（だいこん・あげ）	562.8(667.5) 26.1(28.1) 18.6(22.9) 1.6(1.7)	米、砂糖	さば、豆腐、油揚げ、み そ	キャベツ、だいこん、に んじん、ねぎ、しょうが	かつおだし汁、みりん、 しょうゆ、酒、食塩	牛乳 ○●どうぶつ園のビ スケット（メイシー）	牛乳 ○ブチダノン（もも） ●ヨーグルト	
21水	けんちんうどん さつまいものさくさく揚げ みかん缶	407.0(437.9) 13.2(15.8) 11.4(12.5) 1.9(1.6)	うどん、さつまいも、 油、米粉	鶏肉	みかん、だいこん、にん じん、ねぎ	かつおだし汁、しょう ゆ、みりん、食塩	牛乳 ○●アンパンマンの おやさいせんべい	牛乳 ○ヨーグルト ●集中力の花揚げ	
22木	しゅうとくんリクエストメニュー ラーメン（豚肉・キャベツ） お星さまコロッケ 青りんご風ゼリー	641.7(521.4) 18.1(18.2) 21.0(20.8) 2.6(2.0)	めん、油、ごま油	豚肉	キャベツ、たまねぎ、に んじん	しょうゆ、中華だし、食 塩	牛乳 ○●栄養サポート バーミルクココア	牛乳 ○ブチダノン（りんご） ●リンゴのタルト	
23金	食パン 煮込みハンバーグ プロッコリーのマヨネーズあえ オニオンスープ	505.4(481.6) 21.3(21.2) 24.5(21.2) 1.9(1.6)	パン、マヨネース、片栗 粉、油、砂糖	豚肉	たまねぎ、トマト、ブ ロッコリー、とうもろこ し、にんじん、にんにく	ケチャップ、ウスター ソース、食塩、洋風だ し、ハセリ粉、ナツメグ	牛乳 ○●きらきら星のお せんべい（メイシー）	牛乳 ○コロコロピスケットboro ●星っ子	
24土	ツナカレー パナナ	352.4(347.8) 10.9(12.5) 7.5(8.6) 1.5(1.3)	米、じゃがいも、油	ツナ	パナナ、たまねぎ、にん じん	カレールウ	牛乳 ○●がんばれ小魚家 族		
26月	ハヤシライス コールスローサラダ パナナ	627.1(644.3) 17.7(17.2) 17.8(20.4) 1.8(1.4)	米、じゃがいも、マヨ ネース、砂糖、油	牛肉	キャベツ、たまねぎ、バ ナナ、にんじん、マッシュ ルーム	ハヤシルウ、酢、食塩	牛乳 ○●ミニアスパラガ スboro	牛乳 ○バナナクッキー ●花せんべい	
27火	ごはん マー婆ー豆腐（たまねぎ） はるさめサラダ 中華スープ（豚・チンゲン菜）	635.8(630.7) 20.7(21.3) 19.3(22.0) 1.7(1.6)	米、はるさめ、ごま油、 片栗粉、砂糖、油	豆腐、豚肉、みそ	たまねぎ、きゅうり、チ ンゲンサイ、ねぎ、にん じん、とうもろこし、 しょうが	しょうゆ、酒、酢、中華 だし、食塩	牛乳 ○●アンパンマン幼 児用ピスケット	牛乳 ○ブチダノン（みかん） ●カトーショコラ	
28水	きつねうどん 鶏かつ パナナ	501.1(540.8) 23.3(25.2) 20.7(22.5) 2.4(2.1)	うどん、パン粉、小麦 粉、油、砂糖	鶏肉、油揚げ	パナナ、たまねぎ、ね ぎ、にんじん	かつおだし汁、しょう ゆ、みりん、食塩	牛乳 ○●ヨーグルト	牛乳 ○●織屋さんのおやつ	
29木	ごはん 鯛のカレー揚げ キャベツのツナマヨネーズあえ みそ汁（はくさい・油あげ）	644.6(650.7) 22.4(25.1) 27.1(26.1) 1.4(1.4)	米、マヨネース、片栗 粉、油	たい、ツナ、みそ、油揚 げ	はくさい、キャベツ、 きゅうり、にんじん、え のきだけ	かつおだし汁、酒、し ょうゆ、しおが、カレー 粉、食塩	牛乳 ○●ABCのピスケッ ト（メイシー）	牛乳 ○ブチダノン（もも） ●フレンズクレープ（いちご）	
30金	ケチャップライス お星さまコロッケ ボトフ ももゼリー	686.2(650.2) 21.3(20.0) 19.2(21.5) 1.2(1.2)	米、じゃがいも、油	鶏肉	たまねぎ、キャベツ、に んじん、ピーマン	ケチャップ、洋風だし、 食塩	牛乳 ○●大豆スナック（メ イシー）	牛乳 ●アンパンマンのおやさいせんべい ○カルテツサブレ ※2歳児はあげせん	
31土	じゃこごはん けんちん汁	297.0(297.9) 8.6(9.6) 3.9(6.0) 0.9(0.8)	米、ごま油	豆腐、しらす、油揚げ、 かつお節	だいこん、ねぎ、にんじ ん、ごぼう	かつおだし汁、しょう ゆ、食塩	牛乳 ○●がんばれ小魚家 族		

※22日と30日のお星さまコロッケは材料名に含まれていません

※28日「織屋さんのおやつ」はエネルギー等の表示・材料名には含まれていません

※2歳児はおやつが変則的なので、エネルギー等の表示にはありません