

## 5月献立表



\*牛乳は毎日出ます。

\*午前おやつは3歳未満児のみです。

\*主食はパンかごはんです。

\*完了食は幼児食を刻んだものが出ます。

\*入荷等の状況により、予告なく内容が変更になる場合があります。

つくし保育園 令和7年5月

| 日・曜日  | 午前おやつ | 昼食                                  | 午後おやつ         |
|-------|-------|-------------------------------------|---------------|
| 1(木)  | お菓子   | 八宝菜 粉ふきいも スープ 小魚ごま風味                | バタークッキー       |
| 2(金)  | お菓子   | わかめごはん 鶏肉のから揚げ 彩野菜のごまあえ すまし汁 オレンジ   | ゼリー           |
| 3(土)  | 憲法記念日 |                                     |               |
| 5(月)  | こどもの日 |                                     |               |
| 6(火)  | 振替休日  |                                     |               |
| 7(水)  | お菓子   | 高野豆腐のオランダ煮 春雨の酢の物 みそ汁               | お菓子 チーズ       |
| 8(木)  | お菓子   | タンドリーチキン スパゲティーソテー スープ              | ひじきおにぎり       |
| 9(金)  | お菓子   | 魚の照り焼き 五目きんぴら みそ汁 ごま佃煮              | ピザトースト        |
| 10(土) | お菓子   | 焼きそば きゅうりの磯あえ バナナ                   | お菓子           |
| 12(月) | お菓子   | ハヤシライス フレンチサラダ オレンジ                 | ココアゼリー        |
| 13(火) | バナナ   | 魚の生姜煮 切干大根のおかかあえ すまし汁               | みたらしじゃが団子     |
| 14(水) | お菓子   | 鶏肉のマーマレード焼き にんじんともやしの和え物 けんちん汁      | あんこスティックパイ    |
| 15(木) | お菓子   | スタミナ丼 根菜のみそ汁 パイン缶                   | おかず蒸しパン       |
| 16(金) | お菓子   | 魚のかば焼き 五色あえ すまし汁                    | 原宿ドック         |
| 17(土) | お菓子   | きつねうどん 青菜のごまあえ バナナ                  | お菓子           |
| 19(月) | お菓子   | 鶏そぼろ丼 中華スープ オレンジ                    | カレーチーズラスク     |
| 20(火) | バナナ   | 魚の塩こうじ焼き 油揚げとちりめんの和え物 みそ汁 ふりかけ      | 小倉蒸しパン        |
| 21(水) | お菓子   | 高野豆腐の五目煮 キャベツの酢の物 すまし汁              | 磯の香おにぎり       |
| 22(木) | お菓子   | のっぺい汁 焼きししゃも 青菜のおひたし ひじきふりかけ        | フルーツヨーグルト     |
| 23(金) | お菓子   | 豚肉と厚揚げの味噌炒め 焼きポテト すまし汁              | ベジータケーキ       |
| 24(土) | お菓子   | 焼きそば きゅうりの磯あえ バナナ                   | お菓子           |
| 26(月) | お菓子   | 豚肉の甘辛煮 和風サラダ みそ汁                    | バナナケーキ        |
| 27(火) | バナナ   | アスパラガスのシチュー グリーンサラダ パイン缶            | カリカリごぼう お菓子   |
| 28(水) | お菓子   | 新じゃがのそぼろ煮 青菜のおかかあえ みそ汁 小魚三杯酢        | きな粉豆乳フレンチトースト |
| 29(木) | お菓子   | 魚のみそマヨネーズ焼き 切干大根のごまあえ すまし汁          | 洋風お好み焼き       |
| 30(金) | お菓子   | 肉団子と野菜のスープ ピーマンとツナの和え物 手作りふりかけ オレンジ | 焼きもろこしおにぎり    |
| 31(土) | お菓子   | カレーうどん キャベツのごま酢あえ バナナ               | お菓子           |

# 5月離乳食献立表



\* おかゆ（軟飯）は毎日出ます。

\* だしは昆布かつおを使用します。

\* 中期食は後期食を刻んだものが出ます。

\* 必要に応じて育児用ミルクを飲みます。

\* 入荷等の状況により、予告なく内容が変更になる場合があります。 \* ■しょうゆ ▲さとう

つくし保育園 令和7年5月

| 日・曜日  | 午前おやつ | 昼食（初期）                        | 昼食（中期・後期）※【】内は使用食材                                                       | 午後おやつ          |
|-------|-------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1(木)  | お菓子   | にんじんペースト<br>じゃがいもペースト         | しらすごはん<br>スープ【豆腐、じゃがいも、ねぎ、■】<br>ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、チンゲンサイ、■▲】 | お菓子            |
| 2(金)  | お菓子   | こまつなペースト<br>キャベツペースト<br>オレンジ  | 鶏ひき肉の煮物【鶏ひき肉、にんじん、キャベツ、こまつな、もやし、コーン、■▲】<br>すまし汁【じゃがいも、たまねぎ、ねぎ、■】 オレンジ    | お菓子            |
| 3(土)  | 憲法記念日 |                               |                                                                          |                |
| 5(月)  | こどもの日 |                               |                                                                          |                |
| 6(火)  | 振替休日  |                               |                                                                          |                |
| 7(水)  | お菓子   | にんじんペースト<br>キャベツペースト          | 高野豆腐の煮物【高野豆腐、かぼちゃ、さといも、■▲】<br>みそ汁【にんじん、キャベツ、ねぎ、みそ】                       | お菓子            |
| 8(木)  | お菓子   | にんじんペースト<br>たまねぎペースト          | ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、■▲】<br>スープ【コーン、キャベツ、■】                         | 軟飯<br>【お粥】     |
| 9(金)  | お菓子   | じゃがいもペースト<br>たまねぎペースト         | しらすごはん<br>魚の煮物【白身魚、じゃがいも、にんじん、■▲】<br>みそ汁【にんじん、たまねぎ、ねぎ、みそ】                | 食パン<br>【パン粥】   |
| 10(土) | お菓子   | 野菜ペースト<br>バナナ                 | ささみの煮物【ささみ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、ねぎ、■▲】<br>和え物【きゅうり、にんじん、■】 バナナ             | お菓子            |
| 12(月) | お菓子   | きゅうりペースト<br>じゃがいもペースト<br>オレンジ | ささみの煮物【ささみ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、■▲】<br>しらすあえ【にんじん、キャベツ、きゅうり、しらす、■】<br>オレンジ    | お菓子            |
| 13(火) | バナナ   | にんじんペースト<br>キャベツペースト          | 魚の煮物【白身魚、にんじん、キャベツ、きゅうり、かつお節、■▲】<br>すまし汁【たまねぎ、にんじん、ねぎ、■】                 | じゃがいも<br>スティック |
| 14(水) | お菓子   | チンゲンサイペースト<br>だいこんペースト        | しらすごはん<br>鶏むね肉の煮物【鶏むね肉、もやし、にんじん、チンゲンサイ、■▲】<br>けんちん汁【豆腐、にんじん、だいこん、ねぎ、■】   | お菓子            |
| 15(木) | お菓子   | たまねぎペースト<br>さつまいもペースト<br>バナナ  | そぼろ丼【鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、パプリカ、■▲】<br>みそ汁【にんじん、たまねぎ、さつまいも、ねぎ、みそ】<br>バナナ   | お菓子            |

|       |     |                                |                                                                      |                         |
|-------|-----|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 16(金) | お菓子 | こまつなペースト<br>にんじんペースト           | 魚の煮物【白身魚、にんじん、こまつな、もやし、コーン、■▲】<br>すまし汁【さといも、にんじん、■】                  | お菓子                     |
| 17(土) | お菓子 | 野菜ペースト<br>バナナ                  | うどん【うどん、ささみ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、■】<br>和え物【こまつな、もやし、■】<br>バナナ                | お菓子                     |
| 19(月) | お菓子 | にんじんペースト<br>キャベツペースト<br>オレンジ   | そぼろ丼【鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、■▲】<br>スープ【豆腐、キャベツ、■】<br>オレンジ           | 食パン<br>【パン粥】            |
| 20(火) | バナナ | こまつなペースト<br>たまねぎペースト           | しらすごはん<br>魚の煮物【白身魚、にんじん、こまつな、もやし、■▲】<br>みそ汁【にんじん、たまねぎ、ねぎ、みそ】         | お菓子                     |
| 21(水) | お菓子 | にんじんペースト<br>たまねぎペースト           | 高野豆腐の煮物【高野豆腐、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、■▲】<br>すまし汁【にんじん、キャベツ、もやし、たまねぎ、■】       | しらすとかつお<br>節の軟飯【お<br>粥】 |
| 22(木) | お菓子 | にんじんペースト<br>だいこんペースト           | おかかごはん<br>のっぺい汁【さといも、にんじん、だいこん、ねぎ、■】<br>魚の煮物【白身魚、こまつな、■▲】            | バナナ<br>ヨーグルト            |
| 23(金) | お菓子 | チンゲンサイペースト<br>じゃがいもペースト        | 大豆の煮物【大豆水煮、にんじん、たまねぎ、キャベツ、チンゲンサイ、赤みそ▲】<br>すまし汁【麴、じゃがいも、ねぎ、■】         | お菓子                     |
| 24(土) | お菓子 | 野菜ペースト<br>バナナ                  | ささみの煮物【ささみ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、ねぎ、■▲】<br>和え物【きゅうり、にんじん、■】バナナ          | お菓子                     |
| 26(月) | お菓子 | きゅうりペースト<br>キャベツペースト           | ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、■▲】<br>しらすあえ【キャベツ、きゅうり、しらす、■】                | バナナ                     |
| 27(火) | バナナ | にんじんペースト<br>じゃがいもペースト<br>オレンジ  | 鶏むね肉の煮物【鶏むね肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、■▲】<br>和え物【キャベツ、きゅうり、■】<br>オレンジ         | お菓子                     |
| 28(水) | お菓子 | じゃがいもペースト<br>こまつなペースト          | しらすごはん<br>そぼろ煮【鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、■▲】<br>みそ汁【こまつな、キャベツ、もやし、ねぎ、みそ】  | 食パン<br>【パン粥】            |
| 29(木) | お菓子 | キャベツペースト<br>きゅうりペースト           | 鮭の煮物【鮭、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、みそ】<br>和え物【にんじん、キャベツ、きゅうり、■】                     | お菓子                     |
| 30(金) | お菓子 | チンゲンサイペースト<br>たまねぎペースト<br>オレンジ | ささみの煮物【ささみ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、コーン、■▲】<br>和え物【キャベツ、にんじん、ピーマン、■】<br>オレンジ | 軟飯<br>【お粥】              |
| 31(金) | お菓子 | 野菜ペースト<br>バナナ                  | うどん【うどん、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、■】<br>和え物【キャベツ、にんじん、■】<br>バナナ             | お菓子                     |