



令和6年 5月予定献立表

竜王西保育園
【おは手作りおやつです】

日曜日	献立名	主食	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	備考
			肉・血・骨になる	体の調子を整える	働く力になる	
AMおやつ	クラッカー 麦茶				クラッカー	
1 水	親子丼	ごはん	鶏肉 卵 鰹節	人参 玉葱 椎茸 ねぎ いんげん	米 油 砂糖 片栗粉	
	スティックサラダ		ごぼう 胡瓜 人参 大根 いんげん	ノンエッグマヨネーズ ごま 砂糖		
	キャベツとコーンの味噌汁 果物 (オレンジ)		味噌 煮干し キャベツ コーン オレンジ			
PMおやつ	ト茶ドレーヌ 牛乳		飲:牛乳 卵	茶葉	小麦粉 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー	
AMおやつ	せんべい 麦茶				せんべい	子どもの日 メニュー
2 木 😊	Big! 鯉のぼりバーグ	ごはん	豚肉 鶏肉 のり	玉葱 ミックスベジタブル 大根	油 パン粉 ノンエッグマヨネーズ	
	ポテトサラダ		ハム	コーン 胡瓜 人参	じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	
	青菜ともやしの味噌汁 果物 (バナナ)		油揚げ 味噌 煮干し もやし 小松菜 バナナ			
PMおやつ	バームクーヘン 牛乳		飲:牛乳		バームクーヘン	
AMおやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット	ポテチパンは横須賀のローカルグルメですが、おかわり合戦になるほどの人気メニューです。
7 火 😊	鶏肉の西京焼き	ごはん	鶏肉 味噌	ねぎ 生姜	ごま油 砂糖	
	れんこんとコーンのサラダ		わかめ 味噌 煮干し	れんこん コーン 人参 いんげん	砂糖 ごま 片栗粉 油	
	なめことわかめの味噌汁 果物 (みかん缶)		わかめ 味噌 煮干し	なめこ ねぎ みかん		
PMおやつ	トポテチパン 牛乳		飲:牛乳		キャベツ 人参	パン ノンエッグマヨネーズ ポテトチップス
AMおやつ	せんべい 麦茶				せんべい	アスパラガスはヨーロッパから伝わった食材で、ギリシャ語で「新芽」を意味します。
8 水 😊	鯖のオレンジ煮	ごはん	鯖	ねぎ 生姜 オレンジジュース	砂糖 ごま 片栗粉 油	
	アスパラジャーマンポテト		ベーコン	アスパラ 玉葱	じゃが芋 油 オリーブ油	
	生揚げの味噌汁 果物 (バナナ)		生揚げ 味噌 煮干し もやし キャベツ ねぎ バナナ			
PMおやつ	ト麩のラスク 牛乳		飲:牛乳		麩 バター 砂糖	
AMおやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット	春キャベツはやわらかく甘みがあります♡
9 木 😊	春キャベツしゅうまい	ごはん	豚肉	キャベツ 生姜 玉葱	片栗粉 砂糖 ごま油	
	ひじきのカラフルサラダ		ひじき ツナ	赤ピーマン いんげん コーン	砂糖 ごま 片栗粉 油	
	白菜と油揚げの味噌汁 果物 (パイナップル)		油揚げ 味噌 煮干し	白菜 ねぎ 小松菜 パイナップル		
PMおやつ	ト豆腐ケーキ 牛乳		飲:牛乳 豆腐 豆乳			小麦粉 砂糖 コーンスターチ ベーキングパウダー 油
AMおやつ	せんべい 牛乳		飲:牛乳		せんべい	丸めない!揚げない!とっても簡単はスコップコロックは、忙しいママの見方です☺
10 金 😊	スコップコロック	パン	ツナ チーズ	玉葱	じゃが芋 パン粉 油	
	切り干し大根のカレー煮		切り干し大根 人参 ピーマン もやし	油 砂糖		
	押し麦と野菜のスープ 果物 (バナナ)		キャベツ 人参 えのき 椎茸	油 押し麦		
PMおやつ	ゼリー				ゼリー	
AMおやつ	せんべい 麦茶				せんべい	
11 土	ハンバーグ	ごはん	ハンバーグ			
	フライドポテト				じゃが芋 油	
	野菜炒め 果物 (バナナ)			キャベツ 人参 もやし バナナ	油	
PMおやつ	ゼリー				ゼリー	
AMおやつ	クッキー 麦茶				ビスケット	麻婆豆腐は、約100年前、成都の末亡人チャオチャオが創った料理です。
13 月 😊	麻婆豆腐丼	ごはん	豆腐 味噌 豚肉	ニラ ねぎ 生姜 にんにく	米 片栗粉 砂糖 ごま油	
	フロッキーとほうれん草の胡麻和え		鰹節	フロッキー ほうれん草 赤ピーマン	ごま	
	もずくの味噌汁 果物 (パイナップル)		油揚げ もずく 味噌 煮干し	玉葱 小松菜 人参 パイナップル		
PMおやつ	アンパンマンスナックパン 牛乳		飲:牛乳		パン	
AMおやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット	かみかみメニュー
14 火	きんぴらご飯	ごはん	ひじき 卵	ごぼう 人参	米 油 砂糖 ごま	
	大豆とチーズのかみかみサラダ		大豆 チーズ 味噌	玉葱 人参 いんげん	ごま油	
	キャベツの味噌汁 果物 (もも缶)		わかめ 味噌 煮干し	胡瓜 キャベツ もやし もも	じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	
PMおやつ	トキャロットフリッツ 牛乳		青のり	人参 玉葱 椎茸 ねぎ いんげん	小麦粉 米粉 片栗粉 ごま バター	
AMおやつ	せんべい 麦茶				せんべい	お誕生日会
15 水 😊	赤飯	ごはん	甘納豆 牛乳		米 もち米 ごま	
	鶏じゃがグラタン		鶏肉 チーズ	玉葱 パセリ	じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 油 パン粉	
	パプリカとコーンのサラダ		ウインナー	コーン パプリカ キャベツ カリフラワー いんげん	砂糖 片栗粉 オリーブ油	
PMおやつ	トお誕生日ケーキ 野菜ジュース		生クリーム	メロン 野菜ジュース	米粉のマフィン	
AMおやつ	クッキー 麦茶				クッキー	カレイは世界中に100種程度存在しており、日本近海にも40種程度存在しています。
16 木 😊	カレイのサクサク焼き	ごはん	カレイ		パン粉 ノンエッグマヨネーズ	
	筑前煮		鶏肉	れんこん 人参 椎茸 竹の子 いんげん	油 砂糖 里芋	
	油揚げとチンゲン菜の味噌汁 果物 (オレンジ)		油揚げ 味噌 煮干し	チンゲン菜 小松菜 オレンジ		
PMおやつ	ト野菜たっぷり肉まん 牛乳		飲:牛乳 鶏肉 味噌	椎茸 ねぎ 生姜	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 じゃが芋 玉ねぎ	

😊 フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

日	曜日	献立名	主食	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	備考	
				肉・血・骨になる	体の調子を整える	働く力になる		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
17	金	わかめご飯おにぎり	ごはん	わかめ		米	郷土料理 山口県	
		チキンごまカツ		鶏肉		ノンエッグマヨネーズ パン粉 ごま 油 小麦粉		
		マカロニと野菜サラダ			ブロッコリー カリフラワー 人参	マカロニ ドレッシング		
		大平汁		昆布 鰹節	人参 白滝 椎茸 ほうれん草	里芋		
PM	おやつ	ヨーグルト						
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
18	土	南瓜ひき肉サンドフライ	ごはん	南瓜挽肉サンドフライ		油		
		焼き餃子			餃子			
		野菜炒め			キャベツ 人参 もやし	油		
		果物 (バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	ヨーグルト						
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
20	月	SDGs ミートカレーライス	ごはん	大豆ミート	玉葱 人参 セロリ りんご 生姜	米 油 じゃが芋	SDGs メニュー	
		SDGs サイコロサラダ		ツナ	キャベツ 人参 大根 コーン	ノンエッグマヨネーズ		
		カクテルゼリー入りフルーツポンチ			みかん パイン もも りんご	ゼリー		
		ト大豆カリカリ揚げ 牛乳		大豆 青のり		片栗粉 油		
AM	おやつ	クッキー 牛乳				クッキー		
21	火	豆腐の松風焼	ごはん	豆腐 豚肉 味噌	ねぎ 人参	パン粉 ごま 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	松風焼は食材の表面にケシの実を散らして焼く調理法です。給食ではケシの実の代わりにごまを使用しています。	
		スパゲティサラダ		ハム	胡瓜 人参	スパゲティ ノンエッグマヨネーズ		
		青菜ともやしの味噌汁		油揚げ 味噌 煮干し	もやし 小松菜			
		果物 (バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	トカルピスゼリー				カルピス ゼリーの素		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
22	水	鶏そぼろ丼	ごはん	鶏肉 卵	玉葱 人参 グリンピース 生姜 にんにく	米 油 砂糖	学校給食でも大人気のきな粉揚げパンがおやつで登場します。	
		五目煮ひたし		油揚げ	小松菜 もやし 人参 いんげん	砂糖		
		麩と白菜の味噌汁		味噌 煮干し	玉葱 小松菜 白菜	麩		
		果物 (オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	トきな粉揚げパン 牛乳				パン 油 砂糖		
AM	おやつ	ウェハース 麦茶				ウェハース		
23	木	アジの竜田揚げ	ごはん	アジ	生姜	片栗粉 油	アジの竜田揚げは、魚が苦手な子どもも美味しいと食べてくれます☆	
		ほうれん草ソテー			ほうれん草 エリンギ 玉葱 コーン にんにく	オリーブ油		
		豚汁		豆腐 味噌 煮干し	ごぼう 人参 ねぎ	ごま油 里芋 じゃが芋		
		果物 (みかん)			みかん			
PM	おやつ	ト蒸しパン 牛乳				蒸しパンミックス粉 ノンエッグマヨネーズ		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
24	金	豚肉のごま照り焼き	セルフおにぎり	豚肉		砂糖 小麦粉 ごま 油	食育の日 Book de Lunch	
		春雨の中華サラダ		卵 ハム	人参 胡瓜	春雨 ドレッシング 砂糖 ごま油		
		果物 (バナナ)			バナナ			
		ショア						
PM	おやつ	チチャスプリン				プリン		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
25	土	コロッケ	ごはん	肉団子		コロッケ 油		
		肉団子						
		ごま和え			小松菜 人参 もやし えのき	ごま 砂糖		
		果物 (バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	チチャスプリン				プリン		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
27	月	肉味噌納豆	ごはん	豚肉 納豆 味噌	玉葱 生姜 にんにく あさつき	春巻き 油	肉味噌納豆は白米が進む一品で、子どもたちにも大人気のメニューです！	
		なめこわかめの味噌汁		わかめ 味噌 煮干し	なめこ ねぎ	ごま油 砂糖		
		果物 (オレンジ)			オレンジ			
		トココアボックスクッキー 牛乳				ホットケーキミックス粉 バター		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
28	火	ナシコレンおにぎり	ごはん	豚肉	玉葱 ビーマン 赤ビーマン にんにく	米 油	世界の料理 インドネシア	
		鶏肉の照り焼き		鶏肉	生姜	砂糖		
		わかめと春雨のスープ		わかめ	えのき 人参	春雨		
		果物 (パイナップル)			パイナップル			
PM	おやつ	トキャロットケーキ 牛乳				卵		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				人参 レーズン	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 油	
29	水	鮭のホイル焼き	ごはん	鮭	ビーマン 人参 玉葱	ノンエッグマヨネーズ	親子満足	
		じゃが芋と大豆の煮物		大豆	人参 いんげん 椎茸	じゃが芋 砂糖 油		
		春キャベツと油揚げの味噌汁		油揚げ 味噌 煮干し	キャベツ 小松菜			
		果物 (バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	トマカロニ 小麦粉 牛乳				マカロニ 砂糖		
AM	おやつ	クッキー 麦茶				クッキー		
30	木	揚げ出し豆腐	ごはん	豆腐 鰹節	ねぎ	油 砂糖	豆腐は中国で生まれました。「豆腐」という言葉が最初に確認されたのは965年で、中国の書物に記されていました。	
		和風オムレツ		卵 ツナ	玉葱 ほうれん草	砂糖 油		
		大根ともやしの味噌汁		味噌 煮干し	もやし 大根 人参			
		果物 (オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	ト南瓜もち 牛乳				きな粉	南瓜	米粉 砂糖 油
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
31	金	ハヤシライス	ごはん	豚肉	玉葱 人参 にんにく しめじ トマト グリンピース	米 油 ハヤシルー じゃが芋	ハヤシライスは、日本独自の洋風料理で林さんと言う人が作ったからハヤシライスと言われています。	
		りっちゃんサラダ		ハム 鰹節 昆布	キャベツ 人参 胡瓜 コーン トマト	油 砂糖		
		フルーツポンチ			みかん パイン もも りんご バナナ レーズン			
		ヨーグルト				ヨーグルト		