

給食献立表

2025年5月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	木	ヤクルト	野菜ラーメン 餃子 オレンジ	黒糖蒸しパン 幼児牛乳	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳 幼児牛乳	ラーメン ごま油 調合油 ホットケーキミックス 黒砂糖	にんじん たけのこ キャベツ もやし ならねぎ コーン缶詰 オレンジ	561	18.14	18.81	
2	金	牛乳	ガバオライス 海藻サラダ タイ風海苔スープ	かつばえびせん 幼児ぶどう	牛乳 ぶたひき肉 卵 木綿豆腐	上白糖 精白米	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン 海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 白菜 にんじん 刻みのり 幼児ぶどう	467	14.76	12.42	
7	水	ヤクルト	ご飯 オムレツ ジャーマンポテト ふりかけ スープ	アスパラガス 麦茶	ヤクルト ベーコン	精白米 じゃがいも 有塩バター	たまねぎ パセリ こまつな えのきたけ コーン缶詰	489	11.96	13.15	
8	木	ヤクルト	五目うどん シュウマイ オレンジ	ビスケット天ぷら 麦茶	ヤクルト なんと 卵 牛乳	うどん ホットケーキミックス 有塩バター 調合油	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	554	15.38	10.71	
9	金	牛乳	ツナカレーライス 福神漬 コールスロー ス ープ	バナナ ヨーグルト	牛乳 ツナ 豚小間肉 角ハム なんと ヨーグルト	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ コーン缶詰 カットわかめ 白菜 バナナ	548	15.96	15.93	
10	土	ヤクルト	焼きそば バナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし バナナ 白菜 えのきたけ コーン缶詰	455	9.67	14.46	
12	月	牛乳	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	ソフトサラダ アップル&キャロット	牛乳 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油	きゅうり カットわかめ ねぎ	516	15.27	12.70	
13	火	ヤクルト	豆ごはん 鮭の南部焼き マカロニサラダ 味噌汁	バームクーヘン 麦茶	ヤクルト 生鮭 角ハム 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 上白糖 いらごま マカロニ	グリーンピース きゅうり にんじん なめこ ねぎ	464	22.17	11.05	
14	水	牛乳	ご飯 コロッケ 野菜サラダ 味噌汁	サッポロポテト 麦茶	牛乳 角ハム かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	キャベツ きゅうり にんじん こまつな	438	10.83	12.12	
15	木	ヤクルト	スパゲティミートソース オレンジ スープ	ごま塩こぶおにぎり 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉 精白米 いらごま ごま油	マッシュルーム たまねぎ にんじん オレンジ コーン缶詰 こまつな 塩昆布	546	21.34	13.82	
16	金	牛乳	ハヤシライス レタスサラダ スープ	はちみつれもんゼリー せんべい	牛乳 豚小間肉 角ハム	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ レタス きゅうり コーン缶詰 白菜 にんじん	441	13.31	10.37	
17	土	ヤクルト	豚ニラご飯 うましお胡瓜 スープ		ヤクルト ぶたひき肉 なんと	精白米 ごま油 上白糖	にんじん たまねぎ なら きゅうり カットわかめ えのきたけ	413	11.00	10.65	
19	月	ヤクルト	ご飯 メンチカツ チョレギサラダ 味噌汁	ヨーグルト和え	ヤクルト 油揚げ かたくちいわし ヨーグルト	精白米 調合油 ごま油 いらごま 上白糖	にんじん カットわかめ レタス きゅうり たまねぎ えのきたけ パイナップル もも バナナ	495	13.91	13.46	
20	火	牛乳	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	おととつと 麦茶	牛乳 めかじき 角ハム かたくちいわし	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ	418	14.39	9.18	
21	水	ヤクルト	たけのこご飯 揚げシュウマイ すまし汁	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 油揚げ 木綿豆腐 えびボール	三温糖 精白米 調合油	たけのこ にんじん いんげん カットわかめ ねぎ まこんぶ	441	14.63	14.79	
22	木	ヤクルト	味噌ラーメン 肉だんごのもち米蒸し オレンジ	原宿ドック 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉	ラーメン	もやし なら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	445	17.24	11.10	
23	金	牛乳	メキシカンライス シーザーサラダ スープ	ハッピーターン 麦茶	牛乳 ポークウインナ パルメザンチーズ 卵	精白米 調合油 有塩バター クルトン	たまねぎ にんじん コーン缶詰 マッシュルーム レタス きゅうり こまつな えのきたけ	410	8.77	14.45	
24	土	ヤクルト	チャンポンうどん オレンジ		ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ	454	11.14	6.60	
26	月	牛乳	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	フランクフルト 麦茶	牛乳 ぶたひき肉 木綿豆腐 角ハム ポークフランク	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん カットわかめ ぶなしめじ コーン缶詰	516	19.09	19.17	
27	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ ブロッコリーソティ ふりかけ ジュリアンヌ・スープ	さやえんどう 麦茶	ヤクルト からすかれない 卵 ベーコン	精白米 薄力粉 有塩バター	パセリ ブロッコリー コーン缶詰 キャベツ にんじん たまねぎ	380	16.43	8.92	
28	水	牛乳	わかめご飯 ボイルウインナー 南豆腐 味噌汁	ベジタべる 麦茶	牛乳 ポークウインナ 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 いらごま 三温糖	炊き込みわかめ かぼちゃ ねぎ カットわかめ	461	14.21	16.68	
29	木	ヤクルト	甘辛肉うどん 竹輪の磯辺揚げ オレンジ	ミニたい焼き 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 ちくわ	うどん 調合油 上白糖 薄力粉	たまねぎ まこんぶ あさつき あおのり オレンジ	566	18.81	13.46	
30	金	牛乳	ポークカレーライス 福神漬 チーズサラダ スープ	堅あげポテト 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 豚小間肉 チーズ 卵	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖 ごま油	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ きゅうり もやし えのきたけ	544	12.53	17.36	
31	土	ヤクルト	わかめラーメン 味付け卵 オレンジ		ヤクルト 卵	ラーメン	ねぎ コーン缶詰 カットわかめ オレンジ	361	12.64	8.86	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	474	14.73	12.93