

令和7年 5月

認定こども園 尾上保育園

日(曜)	献立名・行事等	おやつ (午後)	主な材料	栄養価			
				熱量	蛋白質	脂質	塩分
				以上児(主食分は含まない)			
				未満児(午前おやつ・主食分含む)			
1日(木)	ホーレンソウ、キャベツスープ、ツナパイ、ヨーグルト	牛乳 フルーツロール	豚肉、ジャガイモ、グリル大豆、マッシュルーム、キャベツ、玉ねぎ、ツナ、セリ草 他	477	14.5	25.6	1.7
				542	17.0	24.3	1.3
2日(金)	~子どもの日ランチ~ 鯉のぼりサンド、スパゲティサラダ、コーンポタージュ、ポルチーノ、トマト、バナナ	牛乳 松竹梅: 柏餅 桜すみれ桃: プリン	食パン、苺ジャム、スパゲティ、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、アスパラガス、バナナ 他	696	23.7	19.3	2.5
				636	20.0	25.5	1.8
7日(水)	野菜カレー、豆腐汁、ヒジキサラダ、スライスエッグ、グレープフルーツ	牛乳 パンの耳スリ	ジャガイモ、人参、南瓜、リンゴ、グリル大豆、豆腐、ヒジキ、大豆、リンゴ、食パン、バター 他	461	18.1	24.0	2.3
				497	17.0	21.5	1.3
8日(木)	ヒレカツ、小松菜とゴボウ汁、ポテトサラダ、ヨーグルト	牛乳 お好み焼き	豚肉、パン粉、卵、生揚げ、ジャガイモ、ハム、アスパラ、キャベツ、お好み焼き粉、ヒレ 他	469	30.0	18.5	1.2
				531	27.0	19.1	1.0
9日(金)	擬製豆腐、麩とエビのスープ汁、小松菜煮びん、おろし	牛乳 ドーナツ	豆腐、鶏肉、豚肉、人参、卵、かまぼこ、エビ、小松菜、油揚げ、ホットケーキ 他	481	20.5	18.6	2.2
				539	20.5	19.1	1.7
10日(土)	鯖そぼろ丼、ミソ汁のかけま汁、生揚げの揚げ、バナナ	牛乳 スコーン	鯖の味噌煮缶、玉ねぎ、人参、シイタケ、川、ミソ、豚肉、卵、生揚げ、揚げパン 他	449	17.8	22.6	1.6
				523	18.2	22.0	1.2
12日(月)	納豆和え、若竹汁、かき揚げ、お好み焼き	牛乳 カップケーキ	納豆、セリ草、タケノコ、わかず、ピーマン、シラス、ヒレ、ホットケーキ、無糖ヨーグルト、卵 他	389	14.6	15.5	0.8
				463	16.0	17.3	0.7
13日(火)	鯖の西京焼き、豆汁、切干大根、ヨーグルト	牛乳 ココア蒸しパン	鯖、豆腐、大豆汁、切干大根、人参、ヒジキ、かき揚げ、ホットケーキ、卵、生クリーム 他	477	24.2	18.4	1.7
				542	23.3	19.3	1.5
14日(水)	チキンカレー、ミネストローネ、オーロラサラダ、おろし	牛乳 じゃこトースト	鶏肉、卵、粉チーズ、ジャガイモ、ピーマン、玉ねぎ、揚げパン、レタス、トマト、食パン、シラス 他	435	25.5	22.4	2.1
				542	25.1	23.1	1.7
15日(木)	タルト・ジャム、サマ汁、南瓜の甘煮、バナナ	牛乳 ホットケーキ	鶏肉、卵、人参、グリル大豆、大根、人参、ゴボウ、南瓜、ホットケーキ、卵、バター 他	456	23.5	18.0	1.3
				514	22.0	18.6	1.0
16日(金)	大豆コロッケ、わかずスープ、ピーマン、桃缶	ジャム 小松菜マフィン	ジャガイモ、ヒジキ、大豆、パン粉、卵、わかず、ピーマン、ホットケーキ、卵、バター 他	401	15.0	14.0	1.5
				467	16.5	15.0	1.3
17日(土)	鶏の照り焼き、エビ汁、和風春雨サラダ、トマト、おろし	松竹組 参観日 牛乳 マシュマロサンド	鶏肉、白ごま、エビ、豆腐、油揚げ、春雨、キュウリ、人参、ハム、エビ、クラッカー、マシュマロ 他	395	20.5	18.8	1.6
				457	19.9	18.8	1.1
19日(月)	キーマカレー、麩とわかずのスープ汁、リッチャンの元気サラダ、バナナ	牛乳 豆乳ココアケーキ	豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、麩、わかず、キャベツ、キュウリ、トマト、ハム、ホットケーキ、豆乳 他	476	21.3	17.3	2.5
				540	21.2	18.6	2.0
20日(火)	竹輪の揚げ、わかず汁、小松菜シラス和え、揚げパン	牛乳 キャロット蒸しパン	竹輪、人参、玉ねぎ、干しシイタケ、ピーマン、鶏肉、わかず、豆腐、シラス、ホットケーキ、卵 他	396	15.2	17.0	1.8
				461	15.8	17.7	1.4
21日(水)	ホウチンの照り焼き、五目汁、人参シリシリ、ヨーグルト	牛乳 かっぱ	ホウチン、大根、人参、ゴボウ、セリ草、鶏肉、油揚げ、卵、ツナ、クラッカー、ホイップクリーム 他	420	20.9	22.6	1.3
				494	20.7	21.8	1.3
22日(木)	ハンバーグ、かぼちゃスープ、人参グラッセ、ブロッコリー、トマト、おろし	松竹組 牛乳 パンせんべい	合挽肉、パン粉、卵、かぼちゃ、ピーマン、レタス、キュウリ、ブロッコリー、バター、食パン、粉チーズ 他	458	21.2	20.7	1.9
				515	20.7	20.3	1.5
23日(金)	ホーレンソウ、チンゲン菜のスープ、川塩ポテト、バナナ	牛乳 ザクザククッキー	豚肉、玉ねぎ、チンゲン菜、鶏肉、キャベツ、ジャガイモ、トマト、ホットケーキ、フルーツ 他	446	17.5	17.8	1.9
				518	18.3	18.6	1.3
24日(土)	味噌ラーメン、手作り餃子、お好み焼き	牛乳 ハッシュドポテト	中華麺、卵、カニ、エビ、コーン、ねぎ、焼き豚、豚肉、キャベツ、ごま、玉ねぎ、餃子の皮 他	420	18.6	13.9	2.1
				487	18.4	15.6	1.7
26日(月)	納豆、春野菜の豚汁、ジャコと人参の炒め煮、バナナ	麦茶 誕生日ケーキ	納豆、玉ねぎ、ジャガイモ、人参、ゴボウ、豚肉、アスパラガス、ねぎ、シラス 他	544	27.9	27.3	1.4
				567	24.3	24.2	1.0
27日(火)	ごま風味揚げ、玉子スープ、ツナサラダ、グレープフルーツ	牛乳 餃子の皮ピザ	鶏肉、白ごま、卵、ピーマン、干しシイタケ、ツナ、スパゲティ、キュウリ、餃子の皮、ウイダー 他	422	24.3	20.7	1.6
				495	22.9	20.9	1.3
28日(水)	★ハヤシライス、スープ汁、切干大根サラダ、スライスエッグ、桃缶	牛乳 南瓜餅	ジャガイモ、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、豆腐、切干大根、ハム、南瓜、ホットケーキ、卵 他	427	14.5	13.8	2.4
				482	15.5	15.8	1.9
29日(木)	鯖の味噌煮、けんちん汁、ヒジキ煮、ヨーグルト	牛乳 チーズ蒸しパン	鯖、大根、人参、里芋、豆腐、ゴボウ、豚肉、大豆、鶏肉、ホットケーキ、チーズ 他	445	27.9	15.5	2.2
				518	26.4	17.3	1.7
30日(金)	野菜麻婆豆腐、芋汁、ごまペースト、お好み焼き	松竹組 牛乳 ツナパン	豆腐、玉ねぎ、人参、豚肉、ピーマン、タケノコ、ジャガイモ、油揚げ、ツナ、ホットケーキ 他	467	20.4	20.4	1.6
				520	19.6	20.6	1.4
31日(土)	豚肉の生姜焼き、シイタケ汁、セキヤベツ、玉子焼き、おろし	梅組 参観日 ジャム 手作りクッキー	豚肉、玉ねぎ、シイタケ、豆腐、わかず、ねぎ、油揚げ、キャベツ、人参、卵、バター 他	425	21.5	18.0	1.1
				490	20.9	17.4	0.9

・桃・すみれ・桜組の主食は園から提供されます。

・★印: 楽しい給食にしてみよう事を目的に、型抜きの人参を30個入れます。誰に入っているのかはお楽しみになります。

※松・竹・梅組 おにぎり持参 ご飯不要 バイキング 弁当作り