

令和7年 5月給食だより たけやまの森保育園



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
1	木	煮干し お茶 七分づき米	肉そぼろ 味噌汁 果物(りんご)	青のり揚げパン 牛乳	豚挽肉・鶏挽肉 絹豆腐・油揚げ 味噌・無調整豆乳 牛乳	砂糖・油 米粉	人参・玉葱・たけのこ にら・生姜・青菜 青のり
2	金	せんべい 牛乳 七分づき米	中華炒め すまし汁 果物(清見)	クラッカーサンド 牛乳	豚肉 麩 クリームチーズ 牛乳	油・ごま油 片栗粉 クラッカー ジャム	玉葱・ピーマン・人参 キャベツ・エリンギ わかめ・長葱 清見みかん
7	水	せんべい 牛乳 七分づき米	酢豚風炒め 春雨スープ 果物(清見)	シュガートースト お茶(乳児) 牛乳(幼児)	豚肉 牛乳(幼児)	油・砂糖 片栗粉・春雨 食パン・バター グラニュー糖	玉葱・人参・ピーマン パプリカ・エリンギ わかめ
8	木	クッキー お茶 食パン	魚のスタミナごま揚げ 即席漬け 味噌汁 果物(りんご)	ツナごはん お茶(乳児) 牛乳(幼児)	魚・ツナ缶 味噌 牛乳(幼児)	砂糖・油 片栗粉・白ごま 七分づき米	大根・きゅうり・人参 もやし・わかめ 長葱・青のり にんにく
9	金	クラッカー 牛乳 七分づき米	肉豆腐 味噌汁 果物(清見)	二色クッキー 牛乳	木綿豆腐 豚肉 油揚げ・味噌 牛乳	砂糖・上新粉 小麦粉 バター 純ココア	玉葱・人参・こんぶ(乾) しらたき・絹さや 白菜・万能葱
10	土	せんべい 牛乳 七分づき米	豚肉の味噌野菜炒め すまし汁 果物(りんご)	クラッカー 清見 お茶	豚肉 味噌 麩	油 砂糖 クラッカー	キャベツ・人参・玉葱 いんげん・えのきたけ 万能葱・清見 にんにく
12	月	せんべい 牛乳 七分づき米	田舎風煮 味噌汁 果物(清見)	ぷるぷるもち 牛乳	鶏肉・味噌 さつま揚げ 凍り豆腐 きな粉・牛乳	じゃがいも 油・砂糖 黒砂糖 片栗粉	人参・ごぼう いんげん・キャベツ 玉葱
13	火	クッキー 牛乳 七分づき米	ボークカレー グリーンサラダ 果物(りんご)	フルーツ ヨーグルト和え お茶	豚肉・牛乳 スキムミルク ハム プレーンヨーグルト	じゃがいも 油・はちみつ バター・小麦粉 砂糖	玉葱・人参・りんご・青菜 ピーマン・きゅうり・キャベツ にんにく・生姜 バナナ・黄桃缶・パイ缶
14	水	クラッカー お茶 七分づき米	魚の風味煮 三色浸し 味噌汁 果物(清見)	オニオンブレッド 牛乳	魚・絹豆腐 味噌・豚挽肉 無調整豆乳 牛乳	砂糖 小麦粉 油	青菜・もやし・人参 えのきたけ・万能葱 玉葱・コーンホール缶 生姜
15	木	煮干し お茶 七分づき米	肉そぼろ 味噌汁 果物(りんご)	青のり揚げパン 牛乳	豚挽肉・鶏挽肉 絹豆腐・油揚げ 味噌・無調整豆乳 牛乳	砂糖・油 米粉	人参・玉葱・たけのこ にら・生姜・青菜 青のり
16	金	せんべい 牛乳 七分づき米	中華炒め すまし汁 果物(清見)	クラッカーサンド 牛乳	豚肉 麩 クリームチーズ 牛乳	油・ごま油 片栗粉 クラッカー ジャム	玉葱・ピーマン・人参 キャベツ・エリンギ わかめ・長葱 清見みかん
17	土	クッキー 牛乳 七分づき米	鶏肉と大根の煮込み 味噌汁 果物(りんご)	パン ヨーグルト お茶	鶏肉 味噌 ヨーグルト	油 砂糖 パン	大根・人参 絹さや・もやし しめじ・長葱 にんにく
19	月	クラッカー お茶 七分づき米	豚肉の生姜焼き スナッペンエンドウのソテー 味噌汁 果物(清見)	茹でそら豆 せんべい 牛乳	豚肉 凍り豆腐 味噌 牛乳	砂糖 油 せんべい	スナッペンエンドウ 人参・青菜 えのきたけ・そら豆 生姜
20	火	チーズ お茶 七分づき米	かき卵うどん ひじきの煮付け 果物(りんご)	米粉の きな粉蒸しパン 牛乳	卵・しらす干し 油揚げ・きな粉 牛乳 牛乳	干しうどん 片栗粉 油・砂糖 米粉	長葱・青菜 ひじき・人参 こんにゃく・いんげん
21	水	せんべい 牛乳 七分づき米	酢豚風炒め 春雨スープ 果物(清見)	シュガートースト お茶(乳児) 牛乳(幼児)	豚肉 牛乳(幼児)	油・砂糖 片栗粉・春雨 食パン・バター グラニュー糖	玉葱・人参・ピーマン パプリカ・エリンギ わかめ
22	木	クッキー お茶 食パン	魚のスタミナごま揚げ 即席漬け 味噌汁 果物(りんご)	ツナごはん お茶(乳児) 牛乳(幼児)	魚・ツナ缶 味噌 牛乳(幼児)	砂糖・油 片栗粉・白ごま 七分づき米	大根・きゅうり・人参 もやし・わかめ 長葱・青のり にんにく
23	金	クラッカー 牛乳 七分づき米	肉豆腐 味噌汁 果物(清見)	二色クッキー 牛乳	木綿豆腐 豚肉 油揚げ・味噌 牛乳	砂糖・上新粉 小麦粉 バター 純ココア	玉葱・人参・こんぶ(乾) しらたき・絹さや 白菜・万能葱



令和7年 5月給食だより たけやまの森保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
24	土	せんべい 牛乳 七分つき米	豚肉の味噌野菜炒め すまし汁 果物(りんご)	クラッカー 清見 お茶	豚肉 味噌 麩	油 砂糖 クラッカー	キャベツ・人参・玉葱 いんげん・えのきたけ 万能葱・清見 にんにく
26	月	せんべい 牛乳 七分つき米	田舎風煮 味噌汁 果物(清見)	ぷるぷるもち 牛乳	鶏肉・味噌 さつま揚げ 凍り豆腐 きな粉・牛乳	じゃがいも 油・砂糖 黒砂糖 片栗粉	人参・ごぼう いんげん・キャベツ 玉葱
27	火	クッキー 牛乳 七分つき米	ポークカレー グリーンサラダ 果物(りんご)	フルーツ ヨーグルト和え お茶	豚肉・牛乳 スキムミルク ハム プレーンヨーグルト	じゃがいも 油・はちみつ バター・小麦粉 砂糖	玉葱・人参・りんご・青菜 ピーマン・きゅうり・キャベツ にんにく・生姜 バナナ・黄桃缶・パン缶
28	水	クラッカー お茶 七分つき米	魚の風味煮 三色浸し 味噌汁 果物(清見)	オニオンブレッド 牛乳	魚・絹豆腐 味噌・豚挽肉 無調整豆乳 牛乳	砂糖 小麦粉 油	青菜・もやし・人参 えのきたけ・万能葱 玉葱・コーン缶 生姜
29	木	チーズ お茶 七分つき米	かき卵うどん ひじきの煮付け 果物(りんご)	米粉の きな粉蒸しパン 牛乳	卵・しらす干し 油揚げ・きな粉 牛乳 牛乳	干しうどん 片栗粉 油・砂糖 米粉	長葱・青菜 ひじき・人参 こんにゃく・いんげん
30	金	クラッカー お茶 七分つき米	豚肉の生姜焼き スナップエンドウのソテー 味噌汁 果物(清見)	茹でそら豆 せんべい 牛乳	豚肉 凍り豆腐 味噌 牛乳	砂糖 油 せんべい	スナップエンドウ 人参・青菜 えのきたけ・そら豆 生姜
31	土	クッキー 牛乳 七分つき米	鶏肉と大根の煮込み 味噌汁 果物(りんご)	パン ヨーグルト お茶	鶏肉 味噌 ヨーグルト	油 砂糖 パン	大根・人参 絹さや・もやし しめじ・長葱 にんにく

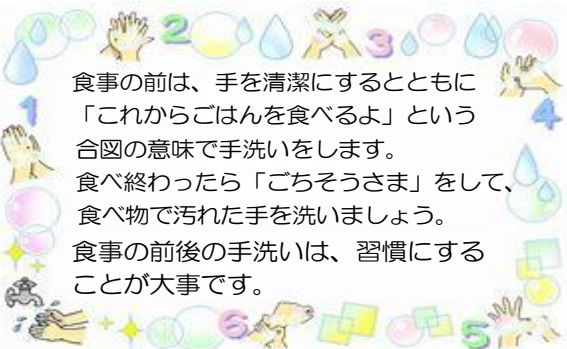
※ 野菜は安全を考慮し、加熱処理をしております。
※ 献立は都合により、変更することがあります。

☆今月の平均栄養給与量☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩
月～土曜日	kcal	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
幼児	605	23.6	16.6	247	2.6	191	0.52	0.42	27	1.9
乳児	494	20.1	15	253	1.9	168	0.43	0.37	21	1.5

※午前おやつは乳児クラスのみです。

園生活にも少しずつ慣れてきた頃でしょうか・・・
この時期は突然体調を崩してしまう子どもさんもいます。
子ども達の表情や食欲などの変化に十分注意しながら、
体調管理に気を付けていきましょう。



※（果物）は乳児クラスです。

食べられる量で、嫌いな食べ物をなくす工夫を

幼児の場合、うまく咀嚼できなかったり、初めての食べ物にとまどったり、苦味を感じやすいなどで、食べ物を嫌いになることが多いようです。食べやすい味付けや盛り付け、おいしそうに食べてみせてあげるなどの工夫をしましょう。食べられる量というのが大切です。「食べきれた！」という達成感が次の食欲につながります。また、「これを食べると元気になるよ～」「これは筋肉ついて力持ちになるよ」などと、効果を教えてあげるのも良いでしょう。

