

／ 曜	献立名	材料名（昼食・軽食）				補食 軽食	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
5月	御飯 栗きんとん（乳児芋きんとん） お吸い物（人参・三つ葉・わかめ） 松風焼き（蓮根） 梅人参	米、さつまいも、米粉、くりの甘露煮、きび砂糖、米油、米パン粉、上白糖、けしの実	牛乳、鶏ひき肉、ヨーグルト、卵、淡色辛みそ、食べる煮干し	にんじん、れんこん、ねぎ、糸みつば、干しぶどう、生わかめ、干しいたけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	おにぎり（ゆかり） 蒸しパン（ヨーグルト） 炒り子 牛乳	エネルギー 580 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 14.1 g 食 塩 1.7 g
19月	御飯 小松菜のお浸し すまし汁（人参・わかめ） 松風焼き 人参の含め煮	米、米粉、きび砂糖、米油、米パン粉、けしの実	牛乳、鶏ひき肉、ヨーグルト、卵、淡色辛みそ、食べる煮干し	にんじん、こまつな、ねぎ、干しぶどう、生わかめ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（ゆかり） 蒸しパン（ヨーグルト） 炒り子 牛乳	エネルギー 534 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 14.6 g 食 塩 1.6 g
6火	御飯 チンゲン菜のお浸し みそ汁（白菜・えのき） ぶり大根 じゃが芋のきんぴら	米、じゃがいも、きび砂糖、ごま油	牛乳、ぶり、淡色辛みそ	だいこん、いちご、チンゲンサイ、はくさい、えのきだけ、にんじん、かぶ、七草、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	おにぎり（みそ） 七草がゆ いちご 牛乳	エネルギー 495 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 12.5 g 食 塩 2.0 g
20火	御飯 チンゲン菜のお浸し みそ汁（白菜・えのき） ぶり大根 じゃが芋のきんぴら	米、もち米、じゃがいも、ごま油、きび砂糖	牛乳、ぶり、鶏もも肉、淡色辛みそ	だいこん、いちご、チンゲンサイ、にんじん、はくさい、えのきだけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	おにぎり（みそ） 鶏おこわ いちご 牛乳	エネルギー 585 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 13.7 g 食 塩 2.0 g
7水	御飯 ほうれん草のお浸し さつま汁 鮭のフライ かぶの煮物	米、さつまいも、米粉、米油、こんにゃく、上白糖、米パン粉、生クリーム、バター、きび砂糖、粉糖	牛乳、さけ、卵、鶏もも肉、油揚げ、淡色辛みそ	りんご天然果汁、かぶ、国産かんきつ類、ほうれんそう、いちご、だいこん、にんじん、ごぼう、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（のりしお） シュウクリーム かんきつ類 りんごジュース（2歳〜） 牛乳（〜1歳）	エネルギー 706 kcal たんぱく質 29.6 g 脂 質 26.3 g 食 塩 1.5 g
21水	御飯 ほうれん草のお浸し さつま汁 鮭のフライ かぶの煮物	米、米粉パン、さつまいも、米油、こんにゃく、米粉、米パン粉、きび砂糖、バター	牛乳、さけ、卵、鶏もも肉、油揚げ、淡色辛みそ、食べる煮干し	かぶ、ほうれんそう、だいこん、にんじん、ごぼう、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（のりしお） フレンチトースト 炒り子 牛乳	エネルギー 676 kcal たんぱく質 28.6 g 脂 質 20.6 g 食 塩 2.0 g
822木	御飯 いんげんのソテー トマトスープ チーズハンバーグ 粉ふき芋	米、じゃがいも、スパゲティ、米油、米パン粉、米粉	牛乳、豚ひき肉、卵、ピザ用チーズ	たまねぎ、りんご、トマト、なす、いんげん	かつおだし汁、ケチャップ、食塩、こしょう	おにぎり（しょうゆ） ミートソースパゲッティ りんご 牛乳	エネルギー 699 kcal たんぱく質 30.7 g 脂 質 25.3 g 食 塩 1.7 g
9金	御飯 ブロッコリーのお浸し みそ汁（キャベツ・しめじ） かんばちの照り焼き 炒り豆腐	米、もち、きび砂糖、米油	牛乳、かんばち、押し木綿豆腐、豚肉、淡色辛みそ、食べる煮干し、豚ひき肉	ブロッコリー、キャベツ、しめじ、にんじん、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（しお） 幼児：あげ餅 乳児：おにぎり（肉みそ） 炒り子 牛乳	エネルギー 497 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 11.1 g 食 塩 1.7 g
23金	御飯 ブロッコリーのお浸し みそ汁（キャベツ・しめじ） かんばちの照り焼き 炒り豆腐	米、きび砂糖、米油	牛乳、かんばち、押し木綿豆腐、豚肉、淡色辛みそ、豚ひき肉、食べる煮干し	ブロッコリー、キャベツ、しめじ、にんじん、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（しお） おにぎり（肉みそ） 炒り子 牛乳	エネルギー 583 kcal たんぱく質 27.5 g 脂 質 14.1 g 食 塩 2.0 g
1024土	御飯 白菜の磯和え みそ汁（茄子・たまねぎ） 豚ひき肉とキャベツの生姜炒め 南瓜の煮物	米、上新粉、米油、きび砂糖	牛乳、豚ひき肉、淡色辛みそ、食べる煮干し	はくさい、かぼちゃ、パナナ、なす、たまねぎ、キャベツ、しょうが、あおのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	米粉パンのジャムサンド（いちご） マフィン（パナナ） 炒り子 牛乳	エネルギー 547 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 18.0 g 食 塩 1.7 g
26月	御飯 みそ汁（なめこ・玉ねぎ） 鶏ちゃん 大根の煮物	じゃがいも、米、きび砂糖	牛乳、鶏もも肉、淡色辛みそ、チーズ、食べる煮干し	キャベツ、だいこん、にんじん、なめこ、たまねぎ、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（ゆかり） じゃが芋のチーズ焼き 炒り子 牛乳	エネルギー 444 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 12.1 g 食 塩 1.7 g
1327火	カレーうどん（乳児しょうゆ味） さつま芋とりんごの重ね煮 小松菜のお浸し	ゆでうどん、米、さつまいも、米油、米粉、きび砂糖	牛乳、鶏もも肉、焼き豚、卵	みかん、こまつな、たまねぎ、レタス、にんじん、ねぎ、りんご	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、中濃ソース、ケチャップ、食塩、カレー粉	おにぎり（みそ） 焼き豚レタスチャーハン みかん 牛乳	エネルギー 524 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 15.0 g 食 塩 1.9 g
1428水	御飯 キャベツのお浸し すまし汁（大根・油揚げ） 鯖の味噌煮 根菜の煮物	米、米粉、きび砂糖、上白糖、米油、片栗粉、ごま油	牛乳、さば、さらしあん、赤だしみそ、油揚げ、食べる煮干し、淡色辛みそ	だいこん、キャベツ、れんこん、にんじん、ごぼう、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（のりしお） あんまん 炒り子 牛乳	エネルギー 554 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 17.0 g 食 塩 2.0 g
1529木	御飯 白菜のお浸し 野菜スープ（キャベツ・人参・しめじ） 豆腐メンチカツ 人参の甘煮	米、米粉、きび砂糖、米パン粉、米油	牛乳、豚ひき肉、押し木綿豆腐、卵	はくさい、りんご、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	おにぎり（しょうゆ） ホットケーキ（ココア） りんご 牛乳	エネルギー 640 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 19.1 g 食 塩 1.4 g
1630金	御飯 ほうれん草のナムル みそ汁（じゃが芋・ねぎ） シュウマイ 大根のツナあんかけ	米、さつまいも、じゃがいも、しょうまいの皮、片栗粉、米油、ざらめ糖、きび砂糖、ごま油、米粉	牛乳、豚ひき肉、ツナ水煮缶、淡色辛みそ、食べる煮干し	だいこん、たまねぎ、ほうれんそう、ねぎ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、酢	おにぎり（しお） 幼児：大学芋 乳児：いも天 炒り子 牛乳	エネルギー 587 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 16.9 g 食 塩 1.7 g
1731土	御飯 いんげんのお浸し みそ汁（かぶ・わかめ） ハンバーグ 卵不使用 里芋の煮ころがし	米、さといも、米粉、きび砂糖、米油、米パン粉	牛乳、豚ひき肉、淡色辛みそ、食べる煮干し	たまねぎ、いんげん、かぶ、かぼちゃ、生わかめ、干しぶどう	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ケチャップ、食塩	米粉パンのジャムサンド（いちご） ケーキ（南瓜） 炒り子 牛乳	エネルギー 606 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 21.7 g 食 塩 1.6 g

朝おやつ：牛乳50ml（3歳未満児）

食材の入荷の状況により、献立が変更になることがあります。
1〜2歳は食べやすさや消化などの配慮により別メニューになることがあります。
食べたことのない食材に関しては、給食で出る前にご家庭で食べてみてください。
乳児の給与量は幼児の80%を基本としています。

〈行事食〉
5日：栗きんとん 6日：七草がゆ 9日：あげ餅（幼児）