

令和 7 年

5月 給食献立表



株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PM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	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	豆ご飯 赤魚の煮つけ さつまいもサラダ わかめと卵のスープ	牛乳 シュガートースト	牛乳・赤魚・ロースハム・ 鶏卵	米・砂糖・さつまいも・マヨ ドレ・食パン・有塩マーガリ ン	ゆで冷凍グリーンピース・きゅう り・にんじん・たまねぎ・乾わか め
2	金	ピーチジュース (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鯉のぼりミートローフ アスパラのマリネ ポトフ ヨーグルト ★行事食	お茶 クッキー	牛乳・牛ひき肉・ふたひき 肉・鶏卵・ウィンナーソー セージ・ヨーグルト・豆乳	米・パン粉・マヨネーズ・砂 糖・油・じゃがいも・薄力 粉・無塩バター	たまねぎ・にんじん・トマトケ チャップ・焼きのり・アスパラ ガス・キャベツ・コーン・冷凍 ミックスベジタブル・ピーチ ジュース
7	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ホークカレー マカロニサラダ みかん缶	牛乳 ココアケーキ	牛乳・ふた肉・ロースハ ム・豆乳	米・じゃがいも・油・マカロ ニ・スパゲティ・マヨドレ・ ホットケーキミックス・砂糖	にんじん・たまねぎ・きゅう り・にんじん・コーン・みかん 缶
8	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	ご飯 新ごぼうと豚肉の味噌煮 春雨のさっぱり和え 白菜のすまし汁	牛乳 フルーチェ	牛乳・ふた肉・麦みそ・ ロースハム	米・油・砂糖・はるさめ・フ ルーチェ	ごぼう・だいこん・にんじん・ りょくとうもやし・きゅうり・ レモン果汁・はくさい・えのき だけ・カットわかめ
9	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 鮭のパン粉焼き キャベツの塩昆布あえ 里芋のみそ汁	牛乳 パイナップルケーキ	牛乳・さけ・パルメザン チーズ・麦みそ・豆乳	米・パン粉・油・ごま油・さ といも・花麴・ホットケーキ ミックス・砂糖	キャベツ・にんじん・塩昆布・ たまねぎ・青ねぎ・パインアッ プル缶詰
10	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	ハヤシライス もやしのゴマ塩サラダ ゼリー	牛乳 ウエハース	牛乳・ふた肉・まぐろ水煮 缶詰	米・油・ごま油・いりごま・ ゼリー・鉄・コラーゲンウエ ハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・しめじ・ グリーンピース・もやし・きゅう り
12	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ゆかりごはん 具入り卵焼き 大根とわかめの酢の物 もずくの味噌汁	牛乳 サンドクラッカー	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ち くわ・生揚げ・麦みそ	米・砂糖・リッツ	たまねぎ・にんじん・乾しいた け・だいこん・カットわかめ・ もずく・青ねぎ・いちごジャム
13	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	五目うどん ほうれん草のごま和え オレンジ	牛乳 やみつきおにぎり	牛乳・若鶏もも・油揚げ	ゆでうどん・ごま・砂糖・ 米・てんかす	はくさい・たまねぎ・にんじ ん・冷凍ほうれんそう・にんじ ん・オレンジ・青のり
14	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ふりかけご飯 チキンカツ スパゲティサラダ コンソメスープ ジョア	お茶 ケーキ	牛乳・若鶏もも・鶏卵・ツ ナ缶・乳酸菌飲料・生ク リーム	米・薄力粉・パン粉・油・マ カロニ・スパゲティ・マヨド レ・じゃがいも・スポンジ ケーキ・砂糖	きゅうり・にんじん・たまね ぎ・みかん缶詰
15	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	ロールパン 松風焼き かぼちゃサラダ トマトスープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ふたひき肉・豆腐・ 豆乳・麦みそ・ベーコン・ 大豆水煮缶詰	ロールパン・パン粉・砂糖・ いりごま・マヨドレ・米	たまねぎ・にんじん・あおの り・冷凍くりかぼちゃ・きゅう り・はくさい・トマトピューレ
16	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 さわらのゴマ味噌焼き チーズ入りサラダ 豆腐のすまし汁 パナナ	牛乳 ジャムカップケーキ	牛乳・さわら・甘みそ・ チーズ・絹ごし豆腐・豆乳	米・砂糖・ごま・油・ホット ケーキミックス	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・たまねぎ・冷凍ほうれんそ う・パナナ・いちごジャム
17	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	チャーハン ブロッコリーのおかか和え チンゲン菜のスープ	牛乳 せんべい	牛乳・しらす干し・焼き竹 輪・かつお節	せんべい・米・ごま油	たまねぎ・長ねぎ・冷凍ほうれ んそう・にんじん・ブロッコ リー・コーン・チンゲンサイ
19	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	長崎ちゃんぽん 浦上そばろ みかん缶 ★食育献立 長崎県の郷土料理	牛乳 マーラカオ	牛乳・ふたロース・板かま ぼこ・豆乳・ふたひき肉・ さつま揚げ・鶏卵	中華めん・油・ごま油・砂 糖・いりごま・薄力粉・三温 糖	長ねぎ・キャベツ・りょくとう もやし・にんじん・ゆでごぼ う・もやし・みかん缶詰

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1・2歳	488	18.3	17.6	282	1.9	190	0.25	0.37	20	3.4	1.5
3歳	542	21.5	18.4	292	2.7	219	0.3	0.39	25	4.2	1.6

令和 7 年

5月 給食献立表



日	曜	PMおやつ	昼食	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
20	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	麦ご飯 カレーのオーロラソース 大豆とひじきの煮物 レタスのスープ	牛乳 人参蒸しパン	牛乳・まがれい・大豆水煮 缶詰・油揚げ・豆乳	米・押麦・薄力粉・油・マヨ ドレ・砂糖・蒸しパンミックス	トマトケチャップ・乾ひじき・ にんじん・レタス・たまねぎ・ カットわかめ・冷凍コーン
21	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鮭のムニエル ほうれん草と人参のナムル さつまいものみそ汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さけ・ロースハム・ 麦みそ・きな粉	米・薄力粉・有塩バター・ご ま油・さつまいも・砂糖	冷凍ほうれんそう・にんじん・ たまねぎ・しめじ・カットわか め・バナナ
22	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	麻婆丼 ごまだれサラダ 春雨スープ	牛乳 フレンチトースト	牛乳・豆腐・ぶたひき肉・ 赤色辛みそ・鶏むね(皮なし)・鶏卵	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ はるさめ・食パン・無塩バ ター	にんじん・長ねぎ・ブロッコ リー・コーン・チンゲンサイ・ たまねぎ
23	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 小松菜の豆乳味噌汁	お茶 プリン	牛乳・さば・鶏ひき肉・油 揚げ・麦みそ・豆乳	米・じゃがいも・油・砂糖・ プリン	たまねぎ・にんじん・ゆで冷凍 グリーンピース・こまつな・えの きたけ
24	土	牛乳 (延長) お茶 せんべい	焼きそば さつまいものレモン煮 セロリのスープ	牛乳 クッキー	牛乳・ぶたばら・かつお 節・若鶏むね(皮なし)	中華めん・ごま油・さつまい も・砂糖・クッキー	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・レモン果汁・セ ロリー・にんじん
26	月	牛乳 (延長) お茶 クッキー	ご飯 ホークチャップ 切干大根のサラダ ミルクスープ	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・ぶたかた・ベーコ ン・プレーンヨーグルト	米・薄力粉・油・砂糖・マヨ ドレ・ごま	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・切干しだいこん・ 冷凍ほうれんそう・にんじん・ コーン・くりかぼちゃ・しめ じ・バナナ・白桃缶
27	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 あじの煮つけ チンゲン菜とベーコンのソテー 大根と舞茸の味噌汁	牛乳 餃子ピザ	牛乳・あじ・ベーコン・絹 ごし豆腐・麦みそ・ツナ 缶・チーズ	米・砂糖・油・ぎょうざの皮	チンゲンサイ・にんじん・だい こん・まいだけ・トマトケ チャップ・コーン・たまねぎ
28	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き ピーマンサラダ なすの味噌汁 りんご缶	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・若鶏もも皮なし・ツ ナ缶・みそ	米・塩こうじ・油・ビーフ ン・マヨドレ・砂糖・ホット ケーキミックス・カルピス	きゅうり・にんじん・なす・ キャベツ・しめじ・りんご缶
29	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	豆腐とひじきのそぼろ丼 ブロッコリーサラダ すまし汁	お茶 みかん寒天	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・油 揚げ・ツナ缶	米・油・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・ゆでブロッコリー・きゅう り・こまつな・だいこん・にん じん・オレンジジュース・みか ん缶詰
30	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ロールパン タンドリーチキン ポテトサラダ ほうれん草のスープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・プ レーンヨーグルト・ウイン ナーソーセージ・油揚げ	ロールパン・じゃがいも・マ ヨドレ・米	にんにく・トマトケチャップ・ にんじん・きゅうり・ほうれん そう・たまねぎ・黄パプリカ・ ごぼう
31	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	回鍋肉丼 かぼちゃの煮物 すまし汁	牛乳 ビスケット	牛乳・ぶた肉・赤色辛み そ・生揚げ	ビスケット・米・砂糖・ごま 油・片栗粉	しょうが・にんにく・キャベ ツ・生しいたけ・たまねぎ・に んじん・冷凍くりかぼちゃ・ カットわかめ