



2025年度 5月 献立表



健生くまのこ園

日付	午前おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	アレルギー
1(木)	牛乳	鶏の唐揚げ、コールスロー、ごはん	いちごヨーグルト	鶏肉、かにかまぼこ、ヨーグルト	小麦粉、かたくり粉、油、マヨネーズ、砂糖、米	しょうが、キャベツ、コーン缶、にんじん	こいくちしょうゆ、みりん、酒、酢、塩	
2(金)	お菓子	こいのぼりそぼろ丼、すまし汁(花魁・わかめ)、プリン	草もち、牛乳	鶏ひき肉、卵、黒豆甘煮、魚肉ソーセージカットわかめ、木綿豆腐、あずき、牛乳	米、砂糖、油、いりごま、花魁、プリン、上新粉、白玉粉	しょうが、ほうれんそう	こいくちしょうゆ、みりん、水、塩、だし汁、うすくちしょうゆ、ほうれん草パウダー	
3(土)		憲法記念日						
5(月)		みどりの日						
6(火)		振替休日						
7(水)	お菓子	パエリア、チキンナゲット、ブロッコリー、ミニゼリー	バームクーヘン、牛乳	ウインナー、チキンナゲット、牛乳	米、マヨネーズ、ミニゼリー、バームクーヘン	トマトジュース、ミックスベジタブル、たまねぎ、ブロッコリー	コンソメ、塩、ケチャップ、ウスターソース、カレー粉	
8(木)	牛乳	スペイン風オムレツ、なすのトマト煮、ロールパン	鮭わかめごはん、牛乳	卵、ツナ缶、ピザ用チーズ、牛乳、鶏ひき肉、炊き込みわかめ、サケフレーク	じゃがいも、砂糖、オリーブ油、ロールパン、米、いりごま	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、なす、しめじ、カットトマト	コンソメ、塩、酒	たまご：弁当
9(金)	お菓子	豆腐ミートローフ、ミニトマト、かぼちゃの煮物、ごはん	小倉サンド、牛乳	合いびき肉、木綿豆腐、ひじき、こしあん、牛乳	いりごま、パン粉、かたくり粉、砂糖、米、食パン、マーガリン	たまねぎ、にんじん、ミニトマト、かぼちゃ	塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん、水、だし汁	
10(土)	牛乳	中華丼、厚焼き玉子、果汁ゼリー、牛乳	せんべい、牛乳	ヨーグルト、牛乳	惣菜パン、せんべい	バナナ		
12(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め、ミニポテトフライ、ごはん	バナナケーキ、牛乳	厚揚げ、鶏ひき肉、牛乳	ごま油、かたくり粉、フライドポテト(冷)、油、米、ホットケーキミックス、砂糖	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、バナナ	コンソメ、こいくちしょうゆ、塩、水	
13(火)	牛乳	かじきの竜田揚げ、ほうれん草とコーンのソテー、ごはん	メロンパン、牛乳	めかじき、牛乳	小麦粉、かたくり粉、揚げ油、油、米、メロンパン	しょうが、ほうれんそう、コーン缶	こいくちしょうゆ、酒、みりん、塩、こしょう	
14(水)	お菓子	ソース焼きそば、大根と厚揚げの煮物、ミニゼリー	ごへいもち、牛乳	豚肉、青のり、厚揚げ、焼き竹輪、昆布、牛乳	中華めん(蒸し)、油、砂糖、ミニゼリー、米、すりごま	にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、大根	やきそばソース、塩、こしょう、みりん、こいくちしょうゆ、だし汁、あわせみそ	
15(木)	牛乳	なすと豚肉のみそ炒め、さつま芋の煮物、ごはん	たいやき、牛乳	豚肉、牛乳	砂糖、油、さつまいも、米、たい焼(冷)	なす、たまねぎ、ピーマン、にんじん	こいくちしょうゆ、あわせみそ、みりん、だし汁	
16(金)	お菓子	タコライス、にんじんしりしり、ヨーグルト	ラスク、牛乳	合いびき肉、卵、ツナ缶、ヨーグルト、牛乳	米、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油、ロールパン、バター	たまねぎ、ピーマン、キャベツ、オクラ、ミニトマト、にんじん	ソース、カレー粉、塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん	
17(土)	牛乳	カレーライス、ブロッコリー、果汁ゼリー、牛乳	ビスケット	牛乳、カレーレトルト	ビスケット	ブロッコリー、バナナ		
19(月)	お菓子	メンチカツ、ブロッコリー、ひじきの煮物、ごはん	コーンスナック、牛乳	メンチカツ、ひじき、油あげ、蒸し大豆、牛乳	マヨネーズ、砂糖、油、米、コーンスナック	ブロッコリー、にんじん、しいたけ(干、乾)、たまねぎ	水、塩、こいくちしょうゆ、だし汁	
20(火)	牛乳	惣菜パン、バナナ、オレンジジュース	じゃこゆかりおにぎり、牛乳	卵、牛乳、しらす干し、プロセスチーズ	ロールパン、三温糖、小麦粉、米、いりごま	バナナ、オレンジジュース、ゆかり		
21(水)	お菓子	親子丼、味噌汁(かぼちゃ・揚げ)、ミニゼリー	塩せんべい、牛乳	鶏肉、かまぼこ、卵、きざみのり、油あげ、牛乳	砂糖、米、ミニゼリー、塩せんべい	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ	こいくちしょうゆ、みりん、酒、だし汁、赤みそ	たまご：弁当
22(木)	牛乳	鮭の味噌あんかけ、ポテトサラダ、ごはん	白黒ごまクッキー、牛乳	さけ、ツナ缶、牛乳	小麦粉、油、砂糖、かたくり粉、じゃがいも、マヨネーズ、米、いりごま	キャベツ、にんじん、ピーマン、ミックスベジタブル	塩、あわせみそ、こいくちしょうゆ、だし汁、酢、水	
23(金)	お菓子	カレーライス、ブロッコリーコーンドレッシング、みかんゼリー	オレンジパイ、牛乳	合いびき肉、牛乳	米、じゃがいも、油、砂糖、みかんゼリー、オレンジパイ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、コンクリーム	カレーうどん、コンソメ、水、酢、塩	
24(土)	牛乳	うどん、あげだし豆腐、ヨーグルト	せんべい、牛乳	牛乳、ヨーグルト	うどん、せんべい	野菜スープ		
26(月)	お菓子	麻婆豆腐、春雨中華サラダ、ごはん	フレンチトースト、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、牛乳、卵	油、砂糖、かたくり粉、ごま油、はるさめ、いりごま、米、食パン	たまねぎ、白ねぎ、しょうが、にんじん、きゅうり	こいくちしょうゆ、あわせみそ、酒、コンソメ、水、酢	
27(火)	牛乳	白身魚のみぞれ煮、ほうれん草大豆サラダ、しそごはん	コーンフレーク	かれい、蒸し大豆、魚肉ソーセージ、牛乳	小麦粉、油、砂糖、マヨネーズ、米、コーンフレーク	大根、ほうれんそう、にんじん、ゆかり	塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん	
28(水)	お菓子	鶏団子の甘酢煮、マッシュポテト、ごはん	しょうゆせんべい、牛乳	鶏団子、牛乳	油、砂糖、かたくり粉、じゃがいも、マーガリン、米、しょうゆせんべい	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ピーマン	酢、ケチャップ、こいくちしょうゆ、水、塩	
29(木)	牛乳	ホットドック(ウインナー・ハンバーグ)、キャベツとちくわのカレーソーテ	鶏ごぼうごはん、牛乳	ウインナー、ハンバーグ(冷)、焼き竹輪、鶏もも、牛乳	ロールパン、油、砂糖、米、こんにやく、ごま油	たまねぎ、キャベツ、コーン缶、にんじん、ごぼう	ケチャップ、水、カレー粉、こいくちしょうゆ、みりん	たまご：弁当
30(金)	お菓子	スパゲティナポリタン、ブロッコリーとツナのサラダ、ミニゼリー	バナナ、牛乳	魚肉ソーセージ、ピザ用チーズ、ツナ缶、牛乳	スパゲティ、油、マヨネーズ、いりごま、ミニゼリー	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、トマトジュース、ブロッコリー、バナナ	ケチャップ、コンソメ、塩、こしょう、こいくちしょうゆ	
31(土)	牛乳	カレーライス、ブロッコリー、果汁ゼリー、牛乳	ビスケット	牛乳、カレーレトルト	ビスケット	ブロッコリー、バナナ		

月平均栄養価(3才以上児) エネルギー 559kcal たんぱく質 19.5g 脂質 17.0g 食塩相当量 1.6g

月平均栄養価(3才未満児) エネルギー 423kcal たんぱく質 14.4g 脂質 12.3g 食塩相当量 1.3g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6ヵ月頃まで)：ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食：献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べていただくとより安全に提供できますのでご協力お願いいたします。



2025年 5月 離乳食献立表

	午前おやつ	離乳食	午後おやつ	アレルギー
1	木			
	牛乳	<鶏肉の煮物> 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <キャベツのミルク煮> キャベツ 40g コーン缶 6g にんじん 5g 粉ミルク 塩 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	ダノンヨーグルト 牛乳	
2	金			
	あかちゃんせんべい	<こいのぼりそぼろ丼> 米 35g 鶏ひき肉 21g ほうれんそう 14g 砂糖 こいくちしょうゆ 卵 21g 砂糖 塩 だし汁 油 <すまし汁(花麩・わかめ)> 花麩 1.4g カットわかめ 0.42g うすくちしょうゆ 砂糖 だし汁 <ミニゼリー> 1こ	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
3	土			
5	月			
6	火			
7	水			
	あかちゃんせんべい	<パエリア風> 米 35g トマトジュース 11g にんじん 14g たまねぎ 21g 鶏ひき肉 11g コンソメ トマトピューレ こいくちしょうゆ <鶏肉の煮物> 鶏肉 28g ブロッコリー 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ミニゼリー> 1こ	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
8	木			
	牛乳	<スペイン風オムレツ> 卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 11g ブロッコリー 11g じゃがいも 4.9g 牛乳 <なすのトマト煮> なす 14g たまねぎ 11g しめじ 7g 鶏ひき肉 4.9g カットトマト 13g 塩 砂糖 <ロールパン> ロールパン 0.8個 <パン粥> ロールパン 0.8個 粉ミルク	わかめごはん 牛乳	たまご: 弁当
9	金			
	あかちゃんせんべい	<豆腐ミートローフ> 合いびき肉14g 木綿豆腐 14g たまねぎ 7g にんじん 5.6g ひじき 0.11g パン粉 0.56g 塩 こいくちしょうゆ 砂糖 かたくり粉 <ミニトマト>ミニトマト14h <かぼちゃの煮物> かぼちゃ 35g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	食パン 牛乳	
10	土			
	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <厚焼き玉子> <ミニゼリー>ミニゼリー1個 <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
12	月			
	赤ちゃんせんべい	<厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 <粉ふき芋> じゃがいも 30g 塩 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
13	火			
	牛乳	<ツナの煮物> ツナ缶 20g たまねぎ 15g こいくちしょうゆ かたくり粉 <ほうれん草とコーンの煮物> ほうれんそう 21g コーン缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	ゼリー 牛乳	
14	水			
	赤ちゃんせんべい	<焼きそば風> うどん(乾麺)12g 豚肉 11g にんじん 7g キャベツ 35g たまねぎ 14g もやし 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <大根と厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 焼き竹輪 11g 大根 35g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ミニゼリー> 1こ	わかめごはん 牛乳	
15	木			
	牛乳	<なすと豚肉のみそ煮> なす 28g たまねぎ 14g ピーマン 3.5g にんじん 4.9g 豚肉 11g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ だし汁 <さつま芋の煮物> さつまいも 28g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
16	金			
	赤ちゃんせんべい	<タコライス風> 米 35g 合いびき肉27g たまねぎ 21g ピーマン 5.6g キャベツ 14g トマトピューレ 砂糖 こいくちしょうゆ コンソメ ニトマト 11g 卵 11g <にんじんの煮物> にんじん 21g ツナ缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ヨーグルト> ヨーグルト49g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
17	土			
	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー>ブロッコリー20g <ミニゼリー>ミニゼリー1個 <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
19	月			
	赤ちゃんせんべい	<鶏肉の煮物> 鶏肉 28g ブロッコリー 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ひじきの煮物> ひじき 0.56g 油あげ 3.5g にんじん 5.6g 蒸し大豆14g たまねぎ 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
20	火			
	牛乳	<キューピーレトルト> キューピーレトルト1個 <バナナ> バナナ 32g <オレンジジュース> 1本	しらすごはん 牛乳	
21	水			
	赤ちゃんせんべい	<親子丼> 鶏肉 14g たまねぎ 21g にんじん 5.6g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 卵 18g 米 39g <味噌汁(かぼちゃ・揚げ)> 油あげ 2.1g かぼちゃ 18g あわせみそ だし汁 <ミニゼリー> 1こ	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	たまご: 弁当
22	木			
	牛乳	<鮭の味噌あんかけ> さけ 28g キャベツ 7g にんじん 2.8g ピーマン 2.8g 砂糖 あわせみそ こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ポテミルク煮> じゃがいも 40g 粉ミルク 塩 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
23	金			
	赤ちゃんせんべい	<トマト煮> 合いびき肉 25g じゃがいも 30g たまねぎ 30g にんじん 15g カットトマト 8.4g キャベツ 10g コンソメ 砂糖 <ブロッコリーコーンドレッシング> ブロッコリー 21g コーン缶 4.9g 粉ミルク 塩 <ミニゼリー> 1こ	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
24	土			
	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1こ 厚揚げの煮物 <ヨーグルト> ヨーグルト35g	あかちゃんせん	
26	月			
	赤ちゃんせんべい	<麻婆豆腐> 木綿豆腐 42g 豚ひき肉 14g たまねぎ 14g こいくちしょうゆ あわせみそ 砂糖 コンソメ かたくり粉 <じゃがいもの煮物> じゃがいも35g にんじん 7g きゅうり 7g 砂糖 コンソメ <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
27	火			
	牛乳	<白身魚のみぞれ煮> かれい28g 大根 28g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ほうれん草大豆の煮物> 蒸し大豆15g ほうれんそう 20g にんじん 8g 粉ミルク 塩 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	ゼリー	
28	水			
	赤ちゃんせんべい	<鶏肉の煮物> 鶏もも40g にんじん 15g たまねぎ 25g しいたけ 7g ピーマン 10g 砂糖 カットトマト こいくちしょうゆ かたくり粉 <マッシュポテト> じゃがいも 28g 牛乳 2.5g 塩 <ごはん> 75-90g <粥> 75-90g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
29	木			
	牛乳	<ロールパン> ロールパン 0.8個 <パン粥> ロールパン 0.8個 粉ミルク <厚焼き玉子> 卵20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <キャベツの煮物> キャベツ 32g コーン缶 5.6g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁	わかめごはん 牛乳	たまご: 弁当
30	金			
	赤ちゃんせんべい	<スパゲティナポリタン> うどん15g ツナ缶 11g たまねぎ 28g にんじん 5.6g トマトジュース 49g コンソメ 粉ミルク <ブロッコリーの煮物> ブロッコリー 21g にんじん10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ミニゼリー> 1こ	バナナ 牛乳	
31	土			
	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー>ブロッコリー20g <ミニゼリー>ミニゼリー1個 <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	