



# 平成29年5月分予定献立表

いぶんほいくえん

ひょう 日	よう 曜	こんだてひょう 献立名	ざいりょう				かんじやく		
			ちやくととなる しょくひん	ねつやちからとなる しょくひん	からだのちようしをととのえる しょくひん	そた	午前おやつ	午後おやつ	長時間
							3歳未満児	全園児	長時間 保育児
1	月	チキンライス	とりにく	こめ さとう あぶら マーガリン	たまねぎ にんじん マッ シュルーム グリンピース	ケチャップ	おちゃ	おちゃ 幼こめあられ 未コーンス ナック	こざかなせん べい
		コーンスープ		あぶら	たまねぎ クリームコーンカン コーンカン パセリ	コンソメ			
		バナナ			バナナ	ケチャップ			
2	火	ごはん		こめ			おちゃ	おちゃ ポテトスナッ ク	ゼリー
		しゅうまい 肉のゆかりあ え	ぶたひきにく	かたくりこ とう ごまあぶら	たまねぎ きゃべつ	しょうゆ とりがら スープ			
6	土	わかめごはん	わかめ	こめ			かっぱえびせん		
		やさいスープ	ベーコン	じゃがいも	たまねぎ きゃべつ にんじん コーンかん	コンソメ			
		バナナ			バナナ				
8	月	ただのごはん	とりにく あげ	こめ さとう	ただのこ にんじん ほししいたけ ふき むきえだまめ	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さんしょくは なせんべい	せんべい
		みそしる 肉だんご	けすりぶし みそ と うぶ にくだんご	じゃがいも	えのきだけ	コンソメ			
		わかえんどうのヨドレぞえ		マヨドレ	スナックえんどう				
9	火	ツナピラフ	ツナ	こめ あぶら	にんじん マッシュルーム た まねぎ ピーマン	スープのもと しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ★クールゼ リー	コーンスナッ ク
		パンプキンスープ	ぶたひきにく		かぼちゃ じゃがいも				
		ブロッコリー			ブロッコリー				
10	水	ごはん みそハンバーグ	ごはん ハンバーグ みそ けすりぶし	こめ さとう みりん ごま	しょうが	さけ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう メロン こめ スナック	のりまきあら れ
		肉のゆかりあ え		じゃがいも	にんじん ブロッコリー				
		ひじきとだいずのもの	だいず とりにく ひじ き あげ	あぶら さとう	にんじん えだまめ	しょうゆ			
11	木	わかめごはん	わかめ	こめ			ぎゅうにゅう	おちゃ 幼☆みたら しだんご 未コーンス ナック	ぶがし
		みそおでん	はんぺん ちくわ みそ なまあげ ぶたひきにく	じゃがいも さとう ごま あぶら	だいこん にんじん こんにゃく				
		キャベツととりにくのいためもの	とりにく	あぶら	キャベツ にんじん				
12	金	肉ごはん		こめ こんにゃく	バナナ		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう コーンフレッ ク	ポテトスナッ ク
		バナナ	ぶたにく	さとう	にんじん たまねぎ ピース	しょうゆ			
		すましじる	とりにく けすりぶし とう ふ		ねぎ えのきだけ	しろだし			
13	土	わかめごはん	わかめ	こめ			キャラメルコーン		
		みそしる	あげ みそ けすりぶし	じゃがいも	なす えのきだけ				
		ウインナー	ウインナー						
15	月	パン メロン ジャム		パン ジャム	メロン		ぎゅうにゅう	はっこうにゅう まっちゃん ワッフル	ミレービス ケット
		にくだんごととスープ	とりにく	じゃがいも オリーブオイル かたくりこ	たまねぎ にんじん とまとみずに	コンソメ ケチャップ			
		みもぎサラダ	たまご	マヨドレ	にんじん ブロッコリー				
16	火	わかめごはん 肉のゆかりあ え	わかめ	こめ	オレンジ		ぎゅうにゅう	☆しらたまフ ルーツポンチ	おかし
		かんとうに	とりにく こんぶ ち くわ がんもどき けす りぶし	さとう	だいこん にんじん こんにゃく	しょうゆ			
		アスパラととりにくのソテー	とりにく	あぶら	アスパラ				
17	水	ごはん		こめ			ぎゅうにゅう	☆フルーツか んてん	おかし
		とりにくとじゃがいものあげ に	とりにく	あぶら みりん さとう かたくりこ じゃがいも	ピーマン しょうが	しょうゆ さけ			
		つぶつぶコーンとしろいんげんの ★デザート	とりにく ぎゅうにゅう	バター	にんじん パセリ コーンかん たまねぎ いんげんペースト	コンソメ			
18	木	ごはん やきのり	のり	こめ			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 幼シュークリ ーム 未バナナ ス ティックケー キ	やさいスナッ ク
		かぼちゃのそぼろあんかけ	ぶたひきにく	さとう あぶら かたくりこ	たまねぎ にんじん かぼちゃ ピース	さけ しょうゆ			
		はるさめのすのもの	ハム	はるさめ さとう	きゅうり コーン	す			
19	金	にしょくごはん	とりにく たまご	こめ さとう あぶら	にんじん	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ★ココアおし パン	ハッピーター ン
		まろやかさつましる	みそ けすりぶし とうにゅう	さつまいも	にんじん はくさい ねぎ				
		ごぼうとコーンのごまいため	けすりぶし ハム	みりん ごま マヨドレ	ごぼう コーンかん	しょうゆ			

※ 都合により献立を変更する場合があります。

★ 手作りおやつです。

おやつは、園独自のにおやつにする場合があります。

平日	エネルギー 553kcal	たんぱく質 21.1g	脂質 17.5g	カルシウム 263	鉄 3.4mg
----	---------------	-------------	----------	-----------	---------



ひ よ う 日	曜	こ ん だ て ひ よ う 献 立 名	ざいりょう				かんしょく		
			ちやにくとなる しょくひん	なつやちからとなる しょくひん	からだのちようしをととのえる しょくひん	そた	午前おやつ	午後おやつ	長時間
							3歳未満児	全園児	長時間 保育児
20	土	やきうどん バナナ	ぶたにく かまぼこ はなかつお	うどん あぶら	きゃべつ にんじん たまねぎ	しょうゆ	やさいすなック		
22	月	ごはん やきのり 刈ッ なまあげのそぼろあんかけ ブロッコリー・コンソメのあまみそえ	のり ぶたひきにく なまあげ みそ	こめ さとう あぶら かたくりこ	メロン たまねぎ にんじん グリーンピース ほししいたけ	しょうゆ	ぎゅうにゅう	とうにゅう いちご 幼ござかなく ん	しおせんべい
23	火	ごはん ふりかけ ミートボールチャウダー こ いのぼりハンバーグ さんしょくソテー	とりひきにく ハンバー グ ぎゅうにゅう	じゃがいも パター かたくりこ マヨドレ	たまねぎ にんじん クリームコーンかん ブロッコリー	コンソメ	ぎゅうにゅう	はっこうにゅう 幼ケーキ 未ロールケー キ	しるこサンド
24	水	ごはん かぼちゃのそあげ イカフライのレモンに すましじる	いかフライ とりにく ぶ とうぶ けずりぶし	こめ あぶら さとう ばんこ	かぼちゃ レモンじる	しょうゆ しらす	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あおりんごせ りー	コーンスナック
25	木	おやこどん キャベツとコンソメのごまあえ ぶのすましじる オレンジ	たまご とりにく のり かまぼこ けずりぶし	こめ さとう ごま さとう ぶ	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ にんじん えのきだけ ねぎ オレンジ	しょうゆ しょうゆ しらす	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おこのみやき	キャラメル コーン
26	金	ごぼうのドライカレー ライ やさいのポトフ フルーツあえ	ぶたひきにく ささみ	こめ あぶら カレールウ じゃがいも	ごぼう たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ だいこん コーンかん	コンソメ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう りんごタルト	むらさきいち せんべい
27	土	ハヤシライス ミニゼリー	ぶたにく	こめ ハヤシルウ あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん	ケチャップ	ポテトスナック		
29	月	バナナ きのこスープスパゲティ ブロッコリーサラダ	シーチキン	あぶら パター スパゲティ	たまねぎ にんじん えのきだけ しめじ パセリ	コンソメ しょうゆ	ぎゅうにゅう	おちゃ ★おにぎり	おからいりあ られ
30	火	だいずごはん みそしる キャベツのあますあえ	だいず あげ ひじき とりにく とうぶ みそ けずりぶ し わかめ	こめ さとう じゃがいも さとう	にんじん ほししいたけ むきえだまめ にんじん キャベツ	しょうゆ す	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ポリコーン	おかし
31	水	ごはん ふりかけ メロン とうぶのやさいあんかけ アスパラとじゃこいため	とうぶ ぶたひきにく しらすぼし	かたくりこ さとう あぶら さとう ごまあぶら	ピーマン にんじん たまねぎ アスパラ	ふりかけ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう プリン	おかし

※ 都合により献立を変更する場合があります。 ☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のやつにする場合があります。  
午後のおやつで（ ）は、乳児のおやつです。

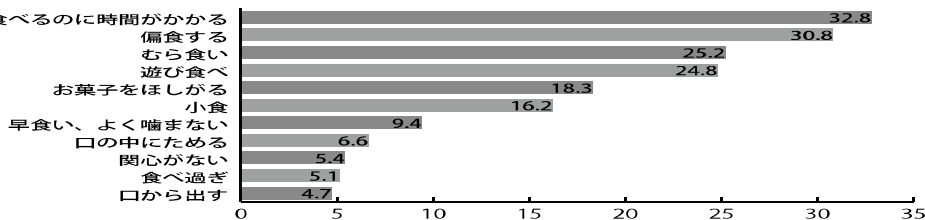
# 給食だより

## 園と家庭との協力

### ■ 保育園における食事支援

保育園では子ども1人1人の発達を考慮した食事支援をしています。  
毎日の給食を“食育”の機会と捉え、下記のような乳幼児食の問題に向かっています。

～保護者の悩み調査結果から～（厚生労働省平成27年度乳幼児栄養調査より作成）

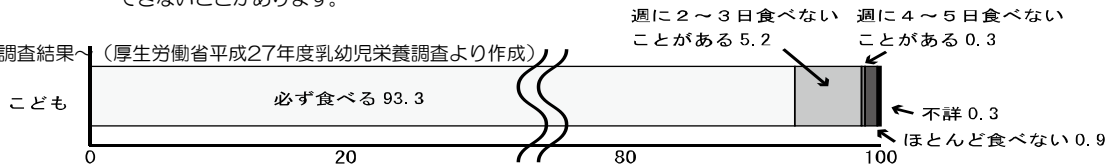


### ■ 家庭へのお願い



給食をおいしく食べるために必ず朝食を食べてから登園してください。  
朝食を欠食すると、午前中に元気に活動することができません。  
また、空腹状態が長く続くと食欲が低下し給食をおいしくたべることができないことがあります。

～朝食習慣調査結果～（厚生労働省平成27年度乳幼児栄養調査より作成）



平成29年度

## 5月分離乳食献立表

(乳児園参考献立)

		生後 5・6か月頃		7・8か月頃		9～11か月頃	
日	曜	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料
1	月	野菜かゆ コーンスープ裏ごし	米 玉ねぎ 人参 コーン缶	野菜かゆ コーンスープつぶし	+ケチャップ	野菜かゆ コーンスープつぶし	+とり肉きざみ
2	火	10倍かゆ 中華スープ裏ごし フルーツ裏ごし	米 玉ねぎ キャベツ スープ フルーツ	7倍かゆ 中華スープつぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ 中華スープつぶし フルーツきざみ	+ミンチ
6	土	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし フルーツ裏ごし	こめ キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ スープ	7倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同
8	月	人参かゆ 豆腐みそ汁裏ごし えんどうの裏ごし	米 人参 豆腐 じゃがいも みそ スナックえんどう	二色かゆ 豆腐みそ汁つぶし えんどうのつぶし	+わかめきざみ +さやえんどう	五目かゆ 豆腐みそ汁裏ごし えんどうのきざみ	+あげ とり肉きざみ
9	火	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし ブロッコリーの裏ごし	※米 たまねぎ かぼちゃ ブロッコリー 人参 スープ	7倍かゆ 野菜スープつぶし ブロッコリーつぶし	+ツナ缶湯通し	5倍かゆ 野菜スープ つぶし ブロッコリーきざ み	+ブロッコリー
10	水	10倍かゆ 大豆スープの裏ごし ブロッコリー煮裏ごし	米 大豆 人参 じゃがいも スープ ブロッコリー	7倍かゆ 大豆スープつぶし ブロッコリー煮つぶし	同	5倍かゆ 大豆スープつぶし ブロッコリー煮きざみ	同
11	木	10倍かゆ 野菜煮物裏ごし キャベツ裏ごし	米 大根 じゃが芋 人参 生あげ中身 みそ キャベツ	しらすかゆ 野菜煮物つぶし キャベツつぶし	※しらす干し	しらすかゆ 野菜煮物つぶし キャベツきざみ	+ミンチ
12	金	10倍かゆ とうふすまし汁裏ごし 人参裏ごし	米 たまねぎ とうふ 人参 だし汁	7倍かゆ とうふすまし汁つぶし 人参つぶし	同	5倍かゆ とうふすまし汁つぶし 人参煮きざみ	+とりにく
13	土	10倍かゆ みそ汁裏ごし	米 みそ なす じゃがいも だし汁	わかめかゆ みそ汁つぶし	+わかめきざみ	わかめかゆ みそ汁つぶし	+あげ
15	月	パンかゆ トマトスープ裏ごし ブロッコリーの裏ごし	パン ミルク トマト 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー	パンかゆ トマトスープつぶし ブロッコリーのつぶし	同	パンかゆ トマトスープつぶし ブロッコリーのきざみ	パン +ミンチ
16	火	10倍かゆ 野菜煮物裏ごし アスパラの裏ごし	米 大根 人参 だし汁 アスパラ	7倍かゆ 野菜煮物つぶし アスパラつぶし フルーツつぶし	+フルーツ	5倍かゆ 野菜煮物つぶし アスパラきざみ フルーツきざみ	+とり肉きざみ
17	水	10倍かゆ 煮魚ほぐし 野菜スープ裏ごし	※米 ※白身魚 玉ねぎ じゃが芋 人参	7倍かゆ 煮魚ほぐし 野菜スープつぶし	同	五目かゆ 野菜スープつぶし	+ ビーマン +とり肉きざみ +いんげんペースト
18	木	10倍かゆ 野菜煮裏ごし	米 人参 玉ねぎ かぼちゃ	7倍かゆ 野菜煮つぶし	同	5倍かゆ 野菜煮つぶし	+ミンチ
19	金	人参かゆ みそ汁裏ごし	米 人参 みそ さつまいも 白菜 だし汁	二色かゆ みそ汁つぶし	+豆乳	二色かゆ みそ汁つぶし	+ミンチ ごま
20	土	めんとうろろ煮 フルーツ裏ごし	うどん キャベツ 人参 玉ねぎ フルーツ	めんくたくた煮 フルーツつぶし	同	めんくたくた煮 フルーツつぶし	+ミンチ
22	月	10倍かゆ 生あげ中身煮物裏ごし 人参裏ごし	米 生あげ中身 玉ねぎ 人参	7倍かゆ 生あげ中身煮物つぶし 人参つぶし フルーツつぶし	+フルーツ	5倍かゆ 生あげ中身煮物つぶし 人参きざみ フルーツきざみ	+ミンチ
23	火	10倍かゆ じゃが芋煮裏ごし 野菜スープ裏ごし	米 じゃが芋 人参 たまねぎ ブロッコリー いんげん スープ	7倍かゆ じゃが芋煮つぶし 野菜スープつぶし	同	5倍かゆ じゃが芋煮きざみ 野菜スープつぶし	+とり挽肉
24	水	10倍かゆ かぼちゃスープ裏ごし 豆腐の裏ごし	米 かぼちゃ スープ 豆腐	7倍かゆ かぼちゃスープつぶし 豆腐つぶし	同	5倍かゆ かぼちゃスープつぶし わかめスープつぶし	+のり
25	金	野菜かゆ キャベツの裏ごし ぶ のくたくた煮	米 玉ねぎ 人参 キャベツ ぶ	7倍かゆ ぶつぶし キャベツつぶし フルーツつぶし	フルーツ	5倍かゆ ぶつぶし ごま和えきざみ フルーツきざみ	+ささみきざみ +ずりごま
26	木	人参かゆ ポテトスープの裏ごし フルーツ裏ごし	米 人参 キャベツ 大根 玉ねぎ じゃがいも スープ フルーツ	人参かゆ ポテトスープつぶし フルーツつぶし	同	野菜クリームかゆ 野菜のポトつぶし フルーツあえきざみ	+ ささみきざみ
27	土	人参かゆ 野菜スープ裏ごし	米 人参 玉ねぎ じゃが芋 スープ	トマトかゆ 野菜スープつぶし	+ケチャップ	トマトかゆ 野菜スープつぶし チーズきざみ	同
29	月	野菜の煮物の裏ごし トマト裏ごし	玉ねぎ 人参 トマト	うどんくたくた煮 トマトつぶし	+ツナ缶湯通し +うどん	スパゲティくたくた煮 トマトきざみ	同
30	火	大豆かゆ 豆腐みそ汁裏ごし キャベツ裏ごし	米 大豆 人参 豆腐 じゃが芋 みそ だし汁 キャベツ	大豆かゆ 豆腐みそ汁つぶし キャベツつぶし	+わかめきざみ +さやえんどう	大豆かゆ 豆腐みそ汁つぶし キャベツきざみ	+あげ +とり肉きざみ
31	水	10倍かゆ 豆腐のつぶし煮 野菜煮の裏ごし	米 豆腐 人参 玉ねぎ	しらすかゆ 豆腐の野菜煮つぶし アスパラつぶし	+アスパラ +しらす干し	しらすかゆ 豆腐の野菜煮つぶし アスパラきざみ	+ミンチ

※ 印は献立以外の材料になります。