

令和7年

5月分

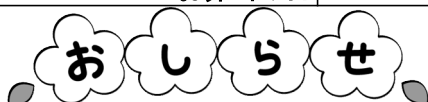
献立表

いわさき第二幼稚園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 ／ 木	こどものひお祝いこんだて どうもろこしごはん こいのぼりハンバーグ ブロッコリーのゴママヨあえ おふとわかめのすまし汁 フルーツポンチ ギョウにゅう	せいはくまい バター ばんこ ごまドレッシング マヨネーズ ふ	ぶたひきにく ぎゅうにゅう たまご わかめ	コーン たまねぎ にんじん ピーマン ブロッコリー みかんかん ばいんかん ももかん りんごジュース	エネルギー 557 kcal たんぱく質 21.1 g 脂 質 21.8 g 食塩相当量 3.0 g	
7 ／ 水	ごはん ブルコギ しゅうまい ワンタンスープ ぎゅうにゅう	せいはくまい さとう ごまあぶら	ぶたばらにく ぶたももにく ベーコン しゅうまい ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん もやし にら にんにく しょうが ちんげんさい	エネルギー 504 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 2.0 g	
8 ／ 木	つくし・たんぼぼ きゅうしよくはじまり ちゃんぽんふうしおあじうどん さつまいもてんぷら コールスローサラダ ひとくちゼリー ぎゅうにゅう	うどん あぶら さつまいも はくりきこ マヨネーズ さとう	ぶたももにく かまぼこ たまご ハム ぎゅうにゅう	にんじん もやし きゃべつ コーン	エネルギー 522 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 20.8 g 食塩相当量 2.9 g	
12 ／ 月	ポークカレーライス わふうサラダ きよみおれんじ ぎゅうにゅう	せいはくまい じゃがいも あぶら さとう	ぶたももにく わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん もやし きゅうり きよみおれんじ	エネルギー 348 kcal たんぱく質 13.5 g 脂 質 13.1 g 食塩相当量 2.4 g	
13 ／ 火	ごはん とりのからあげ マカロニサラダ きゃべつのみそしる ぎゅうにゅう	せいはくまい かたくりこ あぶら マカロニ マヨネーズ ごまドレッシング	とりむねにく ハム みそ ぎゅうにゅう	しょうが にんにく きゅうり コーン きゃべつ たまねぎ にんじん	エネルギー 567 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 20.7 g 食塩相当量 1.8 g	
14 ／ 水	やきそば さんしよくナムル わかめちゅうかスープ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん ごまあぶら いりごま	ぶたばらにく わかめ ぎゅうにゅう	にんじん きゃべつ たまねぎ もやし ほうれんそう コーン ねぶかねぎ	エネルギー 360 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.5 g	
15 ／ 木	バターロール たらのしおレモンばんこやき ジャーマンポテト やさしいスープ ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら	たら ベーコン ぎゅうにゅう	ばせり れもん たまねぎ きゃべつ にんじん コーン	エネルギー 272 kcal たんぱく質 13.8 g 脂 質 11.5 g 食塩相当量 1.7 g	
19 ／ 月	ごはん にくじゃが もやしのマヨポンおおかあえ おふとわかめのみそしる ぎゅうにゅう	せいはくまい じゃがいも しらたき あぶら さとう マヨネーズ ふ	ぶたばらにく わかめ みそ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん グリーンピース もやし コーン	エネルギー 485 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 1.6 g	
20 ／ 火	みそらーめん ちゅうかふうサラダ ばなな ぎゅうにゅう	ちゅうかめん さとう ごまあぶら	ぶたひきにく みそ ハム わかめ ぎゅうにゅう	にんじん きゃべつ もやし コーン しょうが にんにく きゅうり ばなな	エネルギー 405 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 2.5 g	
21 ／ 水	ミートライス ゴマドレサラダ きよみおれんじ ぎゅうにゅう	せいはくまい あぶら はくりきこ ごまドレッシング	ぶたひきにく こなチーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく コーン レタス きゅうり きよみおれんじ	エネルギー 516 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 1.9 g	
22 ／ 木	こくとうロールパン にくだんごとやさいのスープ コロコロサラダ ばなな ぎゅうにゅう	パン かたくりこ じゃがいも マヨネーズ さとう	ぶたひきにく ベーコン たまご ぎゅうにゅう	しょうが きゃべつ たまねぎ にんじん きゅうり コーン ばなな	エネルギー 340 kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 1.7 g	
26 ／ 月	もりのさちスパゲティー やさしいハムのサラダ とうふとわかめのスープ ぎゅうにゅう	スパゲティー あぶら いりごま	ベーコン とりももにく ハム わかめ もめんどうふ ぎゅうにゅう	にんにく えのきたけ ぶなしめじ しいたけ マッシュルーム たまねぎ レタス きゅうり コーン	エネルギー 415 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.8 g	
27 ／ 火	ごはん かじきのたつたあげ きゃべつのおおかあえ とんじる ぎゅうにゅう	せいはくまい かたくりこ あぶら さとう こんにやく ごまあぶら	めかじき ぶたばらにく みそ ぎゅうにゅう	しょうが きゃべつ もやし にんじん ごぼう だいこん ねぶかねぎ	エネルギー 515 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 2.8 g	
28 ／ 水	たんじょうかい ハヤシライス わふうツナサラダ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう	せいはくまい あぶら さとう	ぶたももにく ツナ ヨーグルト ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ぶなしめじ マッシュルーム レタス きゅうり にんじん みかんかん ばなな	エネルギー 522 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.6 g	
29 ／ 木	イチゴジャムサンド マカロニいりクリームシチュー コーンサラダ ばなな ぎゅうにゅう	パン マカロニ はくりきこ あぶら	とりももにく こなチーズ ぎゅうにゅう	いちごジャム たまねぎ にんじん ぶなしめじ コーン レタス きゅうり ばなな	エネルギー 455 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 1.9 g	

お弁当の日

2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)



★材料の都合により献立を一部変更することがあります。

★1日(木)はこどもの日お祝い献立となっております。

★28日(水)誕生会のおやつは、フルーツヨーグルトです。

★毎日お箸セット(お箸・フォーク・スプーン)をお持たせ下さい。

★提供した給食をホームページ「今日の給食」にて掲載していますので、ご覧ください。