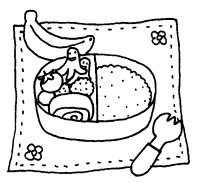
令和７年５月　献　立　表　（幼児食）

橘保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	【ひとくちメモ】 少しずつ新しい環境に慣れてきた子どもたちは、新緑の中で元気に遊んでいます。 幼児期は、健全な生活習慣の基礎をつくる大切なときです。生活リズムが乱れると食事時間にズレが生じやすく、食欲にも影響が出ます。 たとえば、夜更かしすると朝ごはんの欠食につながります。成長に必要な栄養摂取が大切な幼児期にこそ、朝ごはんを食べる習慣を付けておきたいですね。 「早寝、早起き、朝ごはん」で生活リズムを整えましょう。 			1日(ごはん)	2日(ごはん)	3日
朝の間食				クッキー・牛乳	かりんとう・牛乳	
昼食				白身魚の野菜あんかけ 大豆とちりめんの煮物 きゅうりと カニかまのサラダ キャベツと椎茸の味噌汁 パイン	鶏肉のトマトソースかけ ツナとじゃが芋の煮物 海藻サラダ 白菜と厚揚げの味噌汁 キウイフルーツ	憲法記念日
昼の間食				ロッククッキー(手作り) スキムミルク	マカロニきなこ(手作り) スキムミルク	
園での1日摂取カロリー				3歳未満児：496kcal 3歳以上児：397kcal	3歳未満児：427kcal 3歳以上児：382kcal	
日	5日	6日	7日	8日(ごはん)	9日(ごはん)	10日(パン)
朝の間食			ウエハース・豆乳	ビスケット・牛乳	せんべい・牛乳	かりんとう・牛乳
昼食	子どもの日	振替休日	 誕生会	焼肉 ジャーマンポテト キャベツとハムのサラダ コーンスープ プルーン	赤魚の竜田揚げ 豚肉と野菜の炒め物 春雨の酢の物 なすと玉ねぎの味噌汁 黄桃	焼きそば 鮭の塩焼き コーンときゅうりの サラダ えのきと玉ねぎのスープ オレンジ
昼の間食			ミレービスケット・パイン 100%野菜ジュース	チーズマフィン(手作り) スキムミルク	サクサククッキー(手作り) ヨーグルト(手作り)	うす焼せんべい チーズ・牛乳
園での1日摂取カロリー				3歳未満児：444kcal 3歳以上児：376kcal	3歳未満児：469kcal 3歳以上児：421kcal	3歳未満児：411kcal 3歳以上児：329kcal
日	12日(ごはん)	13日(ごはん)	14日(ごはん)	15日	16日(ごはん)	17日(パン)
朝の間食	ボーロ・牛乳	ビスケット・牛乳	クッキー・豆乳	クラッカー・牛乳	ウエハース・牛乳	せんべい・牛乳
昼食	豚肉の生姜焼き 厚揚げと根菜の旨煮 スパゲッティサラダ しめじとほうれん草の 味噌汁 キウイフルーツ	ぶりの照り焼き レバニラ炒め きゅうりと トマトのサラダ 大根と豆腐の味噌汁 日向夏	牛肉の香味焼き チーズ入りオムレツ マカロニサラダ もやしと油揚げの味噌汁 バナナ	 愛情弁当の日	鶏肉の磯辺揚げ 高野豆腐入り五目煮 小松菜と油揚げのお浸し かき玉汁 パイン	わかめうどん 鶏肉の照り焼き ちくわとピーマンの 味噌炒め コーンとツナのサラダ プルーン
昼の間食	ジャムサンド(手作り) スキムミルク	二色ういろう(手作り) スキムミルク	黄桃ケーキ(手作り) スキムミルク	シュガーパイ(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)	かぼちゃ入り蒸しパン(手作り) スキムミルク	おたのしみカステラ レーズン・牛乳
園での1日摂取カロリー	3歳未満児：557kcal 3歳以上児：526kcal	3歳未満児：469kcal 3歳以上児：373kcal	3歳未満児：558kcal 3歳以上児：507kcal	3歳未満児：182kcal 3歳以上児：163kcal	3歳未満児：434kcal 3歳以上児：339kcal	3歳未満児：441kcal 3歳以上児：365kcal
日	19日(ごはん)	20日(ごはん)	21日(ごはん)	22日(ごはん)	23日(ごはん)	24日(パン)
朝の間食	クッキー・牛乳	ボーロ・牛乳	かりんとう・豆乳	せんべい・牛乳	クラッカー・牛乳	ウエハース・牛乳
昼食	鮭の漬け焼き 肉じゃが ブロッコリーのサラダ そうめんの味噌汁 日向夏	チキンカツ 炒り豆腐 きゅうりとちりめんの 酢の物 白菜とさつま芋の味噌汁 バナナ	さばの塩焼き 三色かき揚げ キャベツとささみの サラダ 大根と油揚げのすまし汁 オレンジ	豚肉とアスパラのソテー 大豆のケチャップ煮 大根の梅マヨサラダ 春雨と チンゲン菜のスープ キウイフルーツ	白身魚の味噌マヨ焼き 鶏レバーの甘辛煮 わかめと玉ねぎの酢の物 里芋と豆腐の味噌汁 プルーン	和風スパゲッティ ししゃも焼き キャベツとツナのサラダ 卵スープ パイン
昼の間食	ポパイケーキ(手作り) スキムミルク	あんこ入りよもぎ蒸しパン(手作り) スキムミルク	ミートパイ(手作り) スキムミルク	鬼まんじゅう(手作り) スキムミルク	セサミクッキー(手作り) ヨーグルト(手作り)	まあるいクラッカー 黄桃・牛乳
園での1日摂取カロリー	3歳未満児：509kcal 3歳以上児：421kcal	3歳未満児：485kcal 3歳以上児：396kcal	3歳未満児：500kcal 3歳以上児：466kcal	3歳未満児：477kcal 3歳以上児：408kcal	3歳未満児：499kcal 3歳以上児：420kcal	3歳未満児：452kcal 3歳以上児：355kcal
日	26日(ごはん)	27日(ごはん)	28日(ごはん)	29日(ごはん)	30日(ごはん)	31日(パン)
朝の間食	クラッカー・牛乳	クッキー・牛乳	ボーロ・豆乳	ビスケット・牛乳	かりんとう・牛乳	せんべい・牛乳
昼食	牛肉の柳川風煮 枝豆入りさつま揚げ ひじきサラダ 豆腐と椎茸の味噌汁 バナナ	鮭の南蛮漬け 鶏ごぼう炒め アスパラとカニかまの サラダ さんとう菜の味噌汁 キウイフルーツ	チキンハンバーグ 千切り大根の煮物 ほうれん草のごま和え 根菜の味噌汁 オレンジ	白身魚のフライ 大豆の五目煮 さつま芋のサラダ 玉ねぎとなすの味噌汁 黄桃	豚肉の味噌炒め れんこんのきんぴら 三色なます 豆腐としめじの味噌汁 日向夏	親子うどん さわらの西京焼き じゃが芋のおかか煮 きゅうりとわかめの酢の物 プルーン
昼の間食	さつま芋のみたらしあん(手作り) スキムミルク	ホットケーキ(手作り) スキムミルク	フレンチトースト(手作り) スキムミルク	コーン蒸しパン(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)	キャロットケーキ(手作り) スキムミルク	黒豆きなこあられ チーズ・牛乳
園での1日摂取カロリー	3歳未満児：417kcal 3歳以上児：316kcal	3歳未満児：455kcal 3歳以上児：387kcal	3歳未満児：486kcal 3歳以上児：426kcal	3歳未満児：557kcal 3歳以上児：475kcal	3歳未満児：417kcal 3歳以上児：311kcal	3歳未満児：446kcal 3歳以上児：347kcal

※ 朝の間食及び主食は、3歳未満児のみ、＊印は3歳以上児のみです。
※ 献立表には載せていませんが盛り付け時は、ｷｬﾍﾞﾂ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ﾄﾏﾄ・枝豆・とうもろこし等を添え野菜として使用しています。
※ 食材が業者の都合等で入荷せずメニューが変更になることがあります。
※ 麦茶はお子さまがいつでも飲めるよう各ｸﾗｽに準備してあります。麦茶用ｺｯﾌﾟは、洗浄･消毒し常に衛生的なものを使用しています。