

令和 7 年度



5 月 予 定 献 立 表



高野保育園

日	曜	献立名	主な使用材料	乳 児			3時 おやつ
				主食	追加	10時	
1	木	ハンバーグ 添え野菜 すまし汁 南瓜サラダ ミニデザート	合挽肉 玉葱 卵 豆腐 バン粉 ケチャップ 胡瓜 ワカメ 筍 えのき 人参 蒲鉾 三つ葉 煮干し しょうゆ 南瓜 りんご チーズ レーズン インゲン 人参 マヨレ ミニゼリー	飯	ふりかけ	牛乳 Caせんべい	よもぎクッキー 3未 クッキー
2	金	魚の梅煮 ベークドポテト 冷しゃぶ風サラダ	さくら 梅 しょうが 昆布 砂糖 みりん しょうゆ ごぼう じゃが芋 バター コンソメ チーズ 牛乳 豚肉 キャベツ もやし 胡瓜 赤ピーマン しめじ 和風ドレッシング	パン	牛乳	ゼリー	グリーンピース ピラフ
3	土						
4	日						
7	水	鶏肉のアップルグリル 添え野菜 グリーンポタージュ ひじきのサラダ フルーツ	鶏肉 しょうゆ りんご ジャム もやし グリーンピース ほうれん草 小松菜 じゃが芋 玉葱 牛乳 ルウ バセリ 干ひじき キャベツ 胡瓜 人参 ハム 酢 ごま油 ごま 甘夏	飯	ゆかり	ヨーグルト	おからケーキ
8	木	マーボー豆腐 ☆ちくわチーズ ブロッコリーの甘酢 牛乳	豆腐 合挽肉 玉葱 人参 しいたけ 筍 ニラ 煮干し 砂糖 みそ ケチャップ ごま油 ちくわ チーズ ブロッコリー ツナ パイナップル 胡瓜 人参 酢 砂糖 しょうゆ 牛乳	飯	ワカメ	牛乳 ウエハース	プリン アラモード
9	金	魚の塩焼き 添え野菜 キャベツの和風パスタ スナックエンドウの白和え	さば レモン しょうが もやし 干スナックエンドウ 豚肉 キャベツ 玉葱 筍 しいたけ しめじ バター コンソメ スナックエンドウ 豆腐 人参 糸こんにやく 胡瓜 砂糖 みそ ごま	パン	牛乳	フルーツ	麩のラスク 3以下 ホーロ
10	土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 キャベツ もやし 人参 コーン 葱 煮干し みりん しょうゆ コンソメ 鶏ガラ ごま油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケト	せんべい
12	月	豚肉の生巻焼き 添え野菜 みそ揚げポテト 納豆和え 牛乳	豚肉 しょうが みりん しょうゆ キャベツ じゃが芋 小麦粉 油 みそ 砂糖 納豆 小松菜 もやし 胡瓜 人参 かつお しょうゆ 牛乳	パン	チーズ	100%ジュース 昆布	ごまサブレ
13	火	魚のムニエルヨーグルトソース 添え野菜 中華スープ 海藻サラダ プルーン	鮭 小麦粉 ヨーグルト トマト ビタミンC レモン マヨレ ブロッコリー 卵 玉葱 しいたけ 葱 片栗粉 鶏ガラ コンソメ 海藻 ハム 大根 きゅうり 人参 青じそドレッシング プルーン	飯	きな粉	ゼリー	黒豆蒸しパン 3未 蒸しパン
14	水		春の遠足			フルーツ	3未 乳酸菌アップル お菓子
15	木	豆腐のステーキそぼろあんかけ 煮豆 アスパラとじゃが芋のサラダ	豆腐 片栗粉 鶏ひき肉 玉葱 人参 しいたけ しめじ みりん しょうゆ うずら豆 砂糖 アスパガス じゃが芋 ベーコン 胡瓜 キャベツ 赤ピーマン フレンチドレッシング	飯	白す干し	牛乳 Caせんべい	バナナマフィン
16	金	鶏肉の唐揚げ 添え野菜 きんぴらごぼう キャベツのおかか和え	鶏肉 卵 小麦粉 片栗粉 ニンニク しょうが しょうゆ 油 ブロッコリー ごぼう ちくわ レンコン 糸こんにやく 赤ピーマン インゲン ごま キャベツ もやし 人参 胡瓜 かつお	パン	牛乳	ヨーグルト	切干大根と ツナのおにぎり
17	土	親子丼 フルーツ 牛乳	米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しいたけ 三つ葉 煮干し 昆布 砂糖 みりん しょうゆ バナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケト	せんべい
19	月	トマトとチーズのオムレツ ひじきと大豆の炒め煮 ゆかり和え 牛乳	卵 トマト ハム じゃが芋 玉葱 マッシュルーム チーズ 生クリーム ケチャップ 干ひじき 鶏肉 大豆 人参 油揚げ 葱 煮干し 小松菜 キャベツ ゆかり もやし 胡瓜 人参 牛乳	パン	プルーン	ゼリー	味噌ラーメン
20	火	魚の香味焼き 添え野菜 豆腐の五目煮 中華きゅうり	さば 赤ピーマン バセリ マヨレ カレー粉 バン粉 ブロッコリー 豆腐 しめじ 人参 小松菜 鶏ひき肉 葱 砂糖 胡瓜 トマト ハム 玉葱 もやし 酢 ごま ごま油	飯	菜	100%ジュース ポーロ	揚げパン 2以下 きな粉パン
21	水	豚肉の磯風味焼き 添え野菜 卵の花煮 ごま和え	豚肉 青のり マヨレ しょうゆ もやし おから ちくわ 糸こんにやく ごぼう しいたけ 人参 葱 煮干し しょうゆ 小松菜 ツナ 切干大根 人参 胡瓜 ごま	めん	野菜	牛乳 ウエハース	ボンデージュ 2以下 粉ふき芋
22	木	ポテトグラタン 昆布巻煮 ニラサラダ	じゃが芋 玉葱 ベーコン 鶏肉 バセリ 小麦粉 牛乳 バター コンソメ チーズ 昆布巻 ニラ ツナ トマト 卵 砂糖 みかん 胡瓜 もやし 酢 ごま ごま油	飯	ふりかけ	フルーツ	レーズン クッキー
23	金	フィッシュバーガー(3上) チャウダースープ ブロッコリーサラダ フルーツ	バーガーパン(3上) マグロツ 油 卵 鶏肉 キャベツ ベーコン 玉葱 じゃが芋 人参 しめじ コーン ルウ バセリ 牛乳 ブロッコリー アスパガス チーズ 胡瓜 赤ピーマン オリーブ油 オレンジ(2以下みかん)	パン		ヨーグルト	細巻き 3以下 おじや
24	土	肉うどん フルーツ 牛乳	干めん 牛肉 玉葱 しいたけ 人参 三つ葉 煮干し かつお みりん しょうゆ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケト	せんべい
26	月	五目厚焼き玉子 添え野菜 チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ	卵 合挽肉 玉葱 人参 バセリ スキムミルク みりん しょうゆ キャベツ 厚揚げ チンゲン菜 しいたけ もやし 人参 じゃが芋 ツナ みかん レーズン きゅうり マヨレ	パン	牛乳	ゼリー	チーズケーキ 2以下 米粉ケーキ
27	火	さわらの照り焼き 添え野菜 アスパラベーコンソテー バンサンデー	さくら 砂糖 みりん しょうゆ もやし アスパガス 玉葱 ベーコン じゃが芋 キャベツ コンソメ バター 春雨 ささ身 トマト 卵 みかん 胡瓜 人参 ごま油 酢 しょうゆ	飯	ひじき	100%ジュース プルーン	ティラミス風トースト 3未 ジャムトースト
28	水	豆腐のふわふわ揚げ みそ汁 コールスローサラダ レバー煮	豆腐 豚ひき肉 白ねぎ しょうが 高野豆腐 バン粉 しょうゆ 油 じゃが芋 ワカメ 玉葱 油揚げ 葱 みそ キャベツ 胡瓜 人参 コーン フレンチドレッシング 鶏レバー煮	パン	チーズ	牛乳 ウエハース	ヨーグルト ポンチ
29	木	魚の西京焼き 添え野菜 南瓜の甘煮 小松菜と卵のサラダ	シルバー しょうが みりん 白みそ もやし 南瓜 鶏ひき肉 油揚げ 枝豆 昆布 煮干し 小松菜 卵 チーズ キャベツ 胡瓜 しょうゆ 酢 ごま	めん	野菜	ヨーグルト	ビビンバ おにぎり
30	金	鶏肉のマーメレード焼き 添え野菜 たらこ人参バター炒め 梅じゃこ和え 牛乳	鶏肉 ニンニク マーメレード しょうゆ ブロッコリー たらこ 人参 バター しょうゆ 梅肉 じゃこ キャベツ 小松菜 胡瓜 もやし 砂糖 しょうゆ 牛乳	飯	ふりかけ	フルーツ	ゼリー&ウエハース 3未 ゼリー
31	土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 ごぼう 大根 人参 里芋 葱 煮干し みりん しょうゆ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケト	せんべい

◎ 23日(金) 誕生会です。完全給食ですので全員ご飯はいりません。

3歳以上児はお箸だけ用意してください。

☆ もも2組以下は、南瓜の白す干し煮になります。

五感で食べる

食べ物を「おいしい」と感じるには、人間の五感(視覚、味覚、触覚、聴覚、嗅覚)が大きく作用しています。五感を意識し、楽しい人々と楽しい雰囲気の中で季節を感じる食事をする事で、豊かな感性が育てていきます。

こどもの栄養 参照

