





日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 水	ご飯 厚揚げのケチャップ煮 ブロッコリーと人参のおかか和え 白菜とえのきのみそ汁	米/厚揚げ、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ホールコーン、油、水、ケチャップ、トンカツソース、酒、食塩、片栗粉/ブロッコリー、にんじん、花かつお、濃口醤油/はくさい、えのきたけ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/りんごジュース、水、砂糖、粉末かんてん/まがりせんべい【卵】	牛乳 ◎りんごゼリー まがりせんべい 
2 木	ご飯 豚肉のホイコーロー風 中華スープ 	米/豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、ごま油、油、米みそ(淡色辛みそ)、本みりん、砂糖、酒、鶏がらスープ、濃口醤油/春雨、カットわかめ、青ねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、ごま油、水/牛乳/果物/米、豆乳、ピザ用チーズ、ベーコン、たまねぎ、ミックスベジタブル、油、食塩、白こしょう	牛乳 果物 ◎ドリア
3 金	憲法記念日		
4 土	みどりの日 		
6 月	振替休日 		
7 火	ドライカレー ベビーチーズ キャベツのスープ	米、カレー粉、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、濃口醤油、鶏がらスープ、食塩/ベビーチーズ/キャベツ、たまねぎ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/ジョア ブルーベリー/果物/源氏パイ/揚一番	ジョア(ブルーベリー) 果物 源氏パイ 揚一番[3~5歳児]
8 水	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁 	米/牛肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、豆腐、えのきたけ、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、煮干し、油、水/ほうれん草、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、豆乳、砂糖、水、油、いちごジャム	牛乳 果物  ◎いちごジャムクレープ(小麦)
9 木	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 大根のポン酢和え 豆腐とワカメのみそ汁 	米/鶏もも肉、酒、本みりん、濃口醤油、青ねぎ、いりごま/だいこん、きゅうり、にんじん、ポン酢/豆腐、カットわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/さつまいも、砂糖、水	牛乳 果物 ◎いもあん 
10 金	豆ごはん 煮魚(さば) 胡瓜の甘酢和え 小松菜のすまし汁 	米、うすいえんどう、酒、食塩、だし昆布/さば、生姜、濃口醤油、砂糖、酒、水/きゅうり、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/こまつな、たまねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/米粉、鶏がらスープ、水、豚ミンチ、キャベツ、青ねぎ、干しえび、お好みソース(コープ)、マヨドレ、かつおぶしこ	牛乳 果物 ◎お好み焼き
11 土	五目ラーメン 果物 	中華めん(卵なし麺)、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、緑豆もやし、干しいたけ、青ねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、ごま油、水/果物/牛乳/十勝バタースティック[既製品のパン]	牛乳 十勝バタースティック
13 月	ご飯 クリームシチュー(アスパラ) 胡瓜とツナのサラダ(ごまドレ) 	米/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、アスパラガス、油、クリームシチューの素、牛乳、水/きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、ノンオイルドレッシング/クリーム/胡麻/牛乳/果物/米、芽ひじき、にんじん、濃口醤油、砂糖、水	牛乳 果物 ◎ひじきのおやき 
14 火	ご飯 豚肉のしょうが炒め 三度豆のごまマヨあえ あげとしめじのみそ汁 	米/豚肉、生姜、たまねぎ、砂糖、濃口醤油、本みりん、油/三度豆、にんじん、いりごま、マヨドレ、濃口醤油/うすあげ、しめじ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎蒸しパン
15 水	マーボー丼 コーンとワカメのサラダ 白菜のすまし汁 	米、豚ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、鶏がらスープ、米みそ(淡色辛みそ)、ごま油、水、片栗粉、水/カットわかめ、コーン、きゅうり、ポン酢/はくさい、えのきたけ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、油、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎クッキー
16 木	ご飯 鶏肉の竜田揚げ もやしの甘酢和え(人参) 小松菜と麩のみそ汁 	米/鶏もも肉、しょうが汁、酒、濃口醤油、片栗粉、油/緑豆もやし、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/こまつな、麩、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ 
17 金	ご飯 焼き魚(さわら) 焼ビーフン(副菜) しめじとワカメのすまし汁	米/さわら、油、ポン酢/ビーフン、豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、油、鶏がらスープ、食塩、白こしょう、砂糖、濃口醤油/しめじ、カットわかめ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/コアコアプラス(ヨーグルト)/りんご、砂糖、食塩、水/ハッピーターン	コアコアプラス ◎りんごのコンポート ハッピーターン 

※忍ヶ丘あおぞらこども園は、5/8(水)厨房消毒日のため給食がありません。



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
18 土	きつねうどん 果物 	うどん、すしあげ、濃口醤油、砂糖、本みりん、だし昆布、水、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/ネオバターロール[既製品のパン]   	牛乳 ネオバターロール
20 月	ご飯 ポーカカレー マカロニサラダ 	米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルゲン27品目不使用)、ケチャップ、油、水/マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨドレ/牛乳/バナナ、りんご、みかん缶、水、砂糖、レモン果汁/揚一番	牛乳 ◎フルーツポンチ  揚一番
21 火	ご飯 ちくわと三度豆のかき揚げ 切干大根の酢の物 豆腐とえのきのみそ汁 	米/野焼ちくわ、さつまいも、三度豆、たまねぎ、薄力粉、水、食塩、油/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、濃口醤油、ごま油/豆腐、えのきたけ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/いりこ用雑魚、砂糖、濃口醤油、水/カルシウムせん  	牛乳 果物 ◎いりこ[2~5歳児] カルシウムせん[1~5歳児]
お誕生日食			
22 水	ご飯 ミートローフ ブロッコリーとツナのサラダ キャベツとしめじのスープ 	米/合ミンチ、豆乳、たまねぎ、ホールコーン、片栗粉、食塩、油、ケチャップ、トンカツソース/ブロッコリー、ツナフレーク油漬、にんじん、ボン酢/キャベツ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/きになる野菜 白ぶどう&ほうれん草/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 果物 ◎ホットケーキ(ホイップ付き)
23 木	ご飯 筑前煮 小松菜のみそ汁 	米/鶏もも肉、さといも、ごぼう、にんじん、板こんにやく、干しいたけ、三度豆、食塩、濃口醤油、砂糖、油、煮干し、水/ごまつな、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、いりごま、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎ごまクッキー
24 金	ご飯 豚肉と茄子の炒め物 胡瓜とパプリカの甘酢和え えのきとワカメのすまし汁	米/豚肉、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン、生姜、油、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、砂糖、水、ごま油、片栗粉、水/きゅうり、パプリカ(赤)、酢、砂糖、薄口醤油/えのきたけ、カットわかめ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/麩、マヨドレ、干しえび、ピザ用チーズ	牛乳 果物 ◎麩のピザ
25 土	ミートスパゲティ 果物 	スパゲティ、オリーブ油、合ミンチ、たまねぎ、にんじん、油、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、鶏がらスープ、水、食塩、白こしょう、片栗粉、砂糖/果物/牛乳/アンパンマンミニスナック [既製品のパン]  	牛乳 アンパンマンミニスナック (プレーン)
27 月	ベーコン炒飯 ゆでブロッコリー(ぼん酢) クリームスープ 	米、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、鶏がらスープ、濃口醤油/ブロッコリー、食塩、ボン酢/たまねぎ、油、チンゲン菜、クリームコーン、クリームシチューの素、牛乳、水/牛乳/りんごジュース、水、砂糖、粉末かんてん、みかん缶/ぱりんこ	牛乳 ◎みかん入りゼリー ぱりんこ
28 火	ゆかりご飯 豚じゃが 大根と豆腐のみそ汁	米、ゆかり和えの素/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、糸こんにやく、三度豆、油、砂糖、濃口醤油、本みりん、煮干し、水/だいこん、豆腐、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎きな粉蒸しパン 
29 水	ご飯 チキンカレー 春風サラダ キャベツのスープ 	米/鶏ささ身、食塩、薄力粉、カレー粉、オリーブ油、ケチャップ/春雨、きゅうり、にんじん、カットわかめ、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/キャベツ、たまねぎ、にんじん、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、粉糖 	牛乳 果物 ◎ドーナツ
30 木	ご飯 鮭のノルウェー風 白菜と人参のナムル 切干大根のみそ汁 	米/秋鮭(角切り)、片栗粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、水/はくさい、にんじん、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ/切り干しだいこん、うすあげ、にんじん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/食パン《卵なし》、マヨドレ、粉チーズ	牛乳 果物 ◎チーズパン 
31 金	鶏丼 もやしのごま和え 豆腐としめじのすまし汁	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、油、生姜、砂糖、本みりん、濃口醤油、片栗粉、だし昆布、業務用だし、水、きざみり/緑豆もやし、にんじん、きゅうり、濃口醤油、砂糖、いりごま/豆腐、しめじ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/じゃがいも、片栗粉、水、砂糖、食塩、油、濃口醤油、青のり	牛乳 果物 ◎じゃが芋のお焼き 

5月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	582 kcal	鉄	2.3 mg
	たんぱく質	21.7 g	カルシウム	264 mg
	脂質	18.9 g	ビタミンC	26 mg
	塩分	2.1 g	食物繊維	4.4 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。  
 ※1~2歳児クラスは、10時に牛乳がつかます。  
 ※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類を提供予定です。

