



★今月の目標★

箸と食器を正しく持って、ご飯とおかずを交互に食べる



東向寺保育園

日付	献立	3時おやつ	朝おやつ	材 料 名		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 木	御飯、かぼちゃのみそ汁、納豆ボール 野菜のゆかりあえ	おにぎり (干しえび)	米おこし	米、米粉、油 米おこし	牛乳、納豆、干しえび みそ、ごま	コーン、キャベツ、なす、かぼちゃ 人参、ブロッコリー、えのき茸
02 金	御飯、大根のみそ汁、キャベツのサラダ ばんかん、節句・おさかなバーグ (こいのぼり)	焼きドーナツ	野菜スナック	米、ホットケーキ粉 片栗粉、油	牛乳、鶏肉、いわし 卵、みそ、油揚げ	ばんかん、かぼちゃ、キャベツ、人参 きゅうり、玉ねぎ、大根、コーン 小松菜、生姜、にんにく、わかめ
07 水	御飯、じゃがいものスープ、ポークビーンズ ゆでブロッコリー、ばんかん	源氏パイ	ビスケット	じゃがいも、米 源氏パイ、油、砂糖	牛乳、豚肉、大豆	ばんかん、玉ねぎ、人参、トマト缶詰、 ブロッコリー、キャベツ にんにく、わかめ、パセリ粉
08 木	御飯、豆腐すまし汁、鶏肉と野菜の甘酢和え きゅうりの酢の物	黒糖棒	きらず揚げ	米、黒糖棒、油 砂糖、片栗粉	牛乳、鶏肉、豆腐 油揚げ	みかん缶、きゅうり、玉ねぎ、人参 れん根、かぼちゃ、赤ピーマン ピーマン、切り干しだいこん、わかめ
09 金	御飯、もやしのみそ汁、豚肉と野菜のカレー炒め 小松菜のしらすあえ	蒸しパン (さつまいも)	しるこサンド	米、ホットケーキ粉 さつまいも、油 しるこサンド	牛乳、豚肉、豆乳 釜揚げしらす、みそ	玉ねぎ、キャベツ、小松菜、もやし 人参、クリームコーン缶、ピーマン
10 土	マーボー豆腐丼、じゃがいものスープ、ばんかん	麦茶 ドーナツ	バナナ豆乳 ウエハース	米、ドーナツ じゃがいも、片栗粉 ごま油、砂糖	豆腐、豚肉、みそ バナナ豆乳	ばんかん、玉ねぎ、人参 ほうれん草、ねぎ、生姜
12 月	ドライカレーライス、豆腐スープ 大根ときゅうりのサラダ、ばんかん	マシュマロサンド	芋けんぴ	米、油、米粉、砂糖	牛乳、豚肉、豆腐	ばんかん、玉ねぎ、人参 ほうれん草、大根、きゅうり コーン、えのき茸、干しぶどう 生姜、にんにく、わかめ
13 火	御飯、キャベツのみそ汁、魚と野菜のカレー風味 フルーツカクテル	じゃが芋の チーズ焼き	塩せんべい	米、じゃがいも、油 片栗粉、砂糖	牛乳、さくら、チーズ みそ、油揚げ	みかん缶、なす、キャベツ、パセリ粉 キウイフルーツ、かぼちゃ、パイン缶、 コーン、人参、ピーマン、生姜
14 水	御飯、チンゲン菜のみそ汁、豆腐ハンバーグ 小松菜の卵とじ、ばんかん	チャーハン	クラッカー	米、さつまいも 片栗粉、ごま油 砂糖	牛乳、豆腐、卵 豚肉、牛肉、鶏肉 みそ	ばんかん、ほうれん草、玉ねぎ チンゲン菜、人参、えのき茸 ピーマン、しいたけ、ひじき にんにく
15 木	御飯、じゃがいものみそ汁、バナナ 白身魚の切干あんかけ、もやしの塩昆布ごまあえ	チヂミ	芋けんぴ	米、米粉 じゃがいも、ごま油 片栗粉、油	牛乳、鮭、豚肉 油揚げ、みそ 干しえび、ごま	バナナ、もやし、玉ねぎ、コーン ほうれん草、人参、にら 切り干しだいこん、塩昆布、わかめ
16 金	御飯、野菜のポタージュ 鶏肉のマーマレード焼き、人参のシンプルサラダ	大学芋	塩せんべい	米、さつまいも じゃがいも、砂糖 油、片栗粉	牛乳、豆乳、鶏肉、ごま	玉ねぎ、人参、きゅうり クリームコーン缶、マーマレード パセリ粉
17 土	なかよし遠足♪ ★おやつを準備します	麦茶 ココナツサブレ	バナナ豆乳 醤油せんべい	ココナツサブレ	バナナ豆乳	
19 月	新たまねぎと豚の炊き込みごはん、バナナ 豆腐のすまし風煮、白身魚のごま衣焼き	大根餅	芋けんぴ	米、片栗粉、米粉 ごま油、油、砂糖	牛乳、豆腐、ししゃも 豚肉、油揚げ 干しえび、ごま	バナナ、玉ねぎ、ほうれん草、人参 えのき茸、切り干しだいこん、ねぎ 生姜
20 火	型抜き御飯、チンゲン菜のスープ、フルーツ盛合せ 鶏肉のサラダ焼き、キャベツのサラダ ♡おたんじょう会メニュー♡	マカロニのトマト煮	塩せんべい	米、マカロニ マッシュポテト、油 砂糖	牛乳、鶏肉、豚肉 チーズ、干しえび	メロン、ばんかん、キャベツ、人参 きゅうり、りんご、トマト クリームコーン缶、チンゲン菜 玉ねぎ、トマトペースト、えのき茸 わかめ、にんにく、パセリ粉
21 水	御飯、大根のみそ汁、肉じゃが きゅうりのピクルス	スープかけごはん	クラッカー	米、じゃがいも ビーフン、砂糖、油	牛乳、豚肉、鶏肉 みそ、油揚げ	玉ねぎ、きゅうり、大根、人参 トマト缶詰、人参、小松菜 ピーマン、赤ピーマン、いんげん
22 木	わかめ御飯、鶏鍋風、さつま芋のさっぱり煮 バナナ	せんべい	芋けんぴ	米、さつまいも 片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、豆腐	キャベツ、バナナ、えのき茸、人参 玉ねぎ、ねぎ、だいたい果汁、生姜
23 金	御飯、かぼちゃのみそ汁、鶏肉と野菜のごま炒め アスパラとじゃこの酢あえ	蒸しパン (レーズン)	塩せんべい	米、ホットケーキ粉 油、砂糖	牛乳、鶏肉、豆乳 みそ、しらす干し、ごま	玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ、人参 なす、ねぎ、干しぶどう、にんにく アスパラガス、わかめ、生姜
24 土	カレー風味のトマトライス、もやしのサラダ パイン缶	麦茶 丸ぼうろ	バナナ豆乳 しるこ ビスケット	米、油、米粉 和風ドレッシング	豚肉、バナナ豆乳	玉ねぎ、パイン缶、もやし トマト缶、人参、コーン 黄ピーマン、生姜、にんにく
26 月	さっぱりしらす丼、新玉ねぎのみそ汁 野菜のそぼろあんかけ、バナナ	豆乳もち	きらず揚げ	米、片栗粉、砂糖、油	牛乳、豆乳、鶏肉 しらす干し、みそ きな粉、油揚げ、ごま	かぼちゃ、バナナ、玉ねぎ、人参 えのき茸、コーン 切り干しだいこん、いんげん、わかめ
27 火	御飯、大豆汁、鶏レバーの甘辛煮、フルーツカクテル ベイクドじゃがとゆでブロッコリー	ビビンバ	野菜スナック	米、じゃがいも、油、砂糖、 ごま油	牛乳、鶏レバー、鶏肉 大豆、みそ	みかん缶、玉ねぎ、もやし、なす キウイフルーツ、ブロッコリー パイン缶、小松菜、人参、生姜
28 水	御飯、わかめスープ、マーボー豆腐 はるさめの酢の物	カップケーキ	クラッカー	米、ホットケーキ粉、 じゃがいも、春雨 砂糖、片栗粉、ごま油 マーガリン	牛乳、豆腐、豚肉、卵 みそ	玉ねぎ、みかん缶、きゅうり、人参 ねぎ、もやし、チンゲン菜、コーン 生姜、わかめ
29 木	グリーンピース御飯、しめじのみそ汁 白身魚の玄米フレーク焼き、野菜サラダ	フルーツゼリー	米おこし	米、さつまいも 砂糖、米粉 玄米フレーク、油 ノンエッグマヨ	牛乳、鮭、豆乳、ツナ みそ	キャベツ、みかん缶、玉ねぎ、人参 グリーンピース、小松菜 だいたい果汁、しめじ、寒天、昆布
30 金	御飯、豆腐のスープ、鶏肉のトマトソース煮 粉ふき芋、ばんかん	キャロットケーキ	バナナチップ	米、じゃがいも ホットケーキ粉、油 片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、豆乳、豆腐	ばんかん、玉ねぎ、トマト缶 人参、赤ピーマン、えのき茸 マーマレード、切り干しだいこん にんにく、わかめ、青のり
31 土	スパゲッティナポリタン、キャベツのコーン煮 パイン缶	麦茶 ハーベスト	甘辛せんべい	スパゲティー ハーベスト、油	魚肉ソーセージ バナナ豆乳	パイン缶、キャベツ、玉ねぎ、人参 コーン、ピーマン

★献立表は当園ホームページでも
見ることができます。

★天候により魚類は鯛に変更になる場合があります。
食べたことがない場合はお知らせください。

★調味料でトンカツ・中濃
ウスターソース、かけぽん
こしょう、カレー粉、ココ
ア、ゆかり粉、焼肉のたれ
も使用します。

★未摂取食材調査票★

※5月の献立に使用されている食品の中で
食べたことがない食材を記入の上、4月25日まで
ご提出ください。

園児名	食品名	調味料
()	()	()
園児名	食品名	調味料
()	()	()
令和7年 月 日		
保護者氏名	印	

★大切なお知らせ

厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」2019年改訂版
アレルギー対応に組織的に取り組んでいくことが求められています。

アレルギーの初発事故が起これないために献立に使用されている食品の中
『食べたことがない食材』がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、
何ら症状が誘発されないことを確認してください。保育園では安全を最優先に
いたしますので、家庭で試すことができなかった場合にはご連絡ください。

※すみれ組0・1歳児は食べたことがない食材の有無に関わらず、全員ご提出ください。

※牛乳は5歳児は給食時に
1～4歳児はおやつ時に
提供しています。
※都合により献立内容や食
材が変更になる場合があり
ます。ご了承ください。

★下線は旬の食材です。

