

5月の予定献立表

月

火

水

木

金

土

午前 (未満児のみ)								1	牛乳、あられ	2	牛乳、せんべい	
昼食								ごはん 味噌汁 鮭のムニエル キャベツとコーンの和え物		回鍋肉丼 はるさめスープ オレンジ		
午後 延長								牛乳、フライドポテト お茶、ミニゼリー		牛乳、あられ お茶、クラッカー		
午前 (未満児のみ)	4		5		6		7	オレンジジュース クラッカー	8	牛乳、ビスコ	9	牛乳、白い風船
昼食	🌸みどりの日🌸		🌸こどもの日🌸		🌸振替休日🌸		ごはん すまし汁 さわらのカレー風味焼き 切干大根の和え物		食パン ベーコンと野菜のスープ チキンカツ ひじきサラダ		スパゲティナポリタン チンゲン菜のスープ バナナ	
午後 延長							牛乳、せんべい お茶、ハッピーターン		お茶、ゆかりおにぎり お茶、せんべい		牛乳、ミレービスケット お茶、あられ	
午前 (未満児のみ)	11	牛乳 マリービスケット	12	牛乳、ポーロ	13	牛乳、ウエハース	14	牛乳、パイ菓子	15	牛乳、きなこ菓子	16	牛乳、せんべい
昼食	ごはん 白菜のスープ 八宝菜 オレンジ		ごはん すまし汁 オランダ煮 キャベツの香り漬け		ハヤシライス かみかみサラダ りんご		ごはん 味噌汁 白身魚の竜田揚げ 三色サラダ		ごはん 野菜スープ 豆腐ハンバーグ もやしの和え物		豚丼 すまし汁 白菜の和え物	
午後 延長	牛乳、むしぱん お茶、クラッカー		牛乳、シリアルバー お茶、あられ		牛乳、マフィン お茶、ハッピーターン		お茶、カルピスゼリー お茶、せんべい		牛乳、きなこマカロニ お茶、スナック菓子		牛乳、パイ菓子 お茶、あられ	
午前 (未満児のみ)	18	牛乳 どうぶつビスケット	19	牛乳、クラッカー	20	牛乳、きなこ菓子	21	牛乳、あられ	22	牛乳、ウエハース	23	牛乳 ミレービスケット
昼食	ごはん かきたま汁 豚肉と野菜のみそ炒め 春雨サラダ		★食育の日★ ごはん 油淋鶏 チャプチェ 豆腐チゲ		ロールパン 春野菜のクリームシチュー ピーマンのツナ和え バナナ		炊き込みご飯 味噌汁 鮭の酒蒸し オレンジ		★お誕生日給食★ ごはん キャベツと人参のスープ 鶏のからあげ かぼちゃのサラダ		マーボー丼 中華スープ 小松菜としめじの和え物	
午後 延長	牛乳、にんじんドーナツ お茶、あられ		牛乳、ゴマ団子 お茶、ミニゼリー		お茶、わかめおにぎり お茶、せんべい		ヤクルト、せんべい お茶、ハッピーターン		牛乳、プリンアラモード お茶、スナック菓子		牛乳、リッツ お茶、せんべい	
午前 (未満児のみ)	25	牛乳、ビスコ	26	牛乳、クッキー	27	牛乳、クラッカー	28	牛乳、きなこ菓子	29	牛乳、パイ菓子	30	牛乳、クッキー
昼食	焼きそば 白菜のスープ だいこんサラダ		わかめごはん 小松菜のスープ 鶏肉のトマト煮 バナナ		三色そばろ丼 わかめ汁 ツナとじゃがいもの煮物		ごはん すまし汁 白身魚の新緑揚げ 小松菜の和え物		ごはん 味噌汁 鶏肉のピカタ スパゲティサラダ		きつねうどん かぼちゃの煮物 バナナ	
午後 延長	牛乳、ココアホットケーキ お茶、あられ		ジョア、せんべい お茶、クラッカー		牛乳、ジャムサンド お茶、あられ		お茶、桃ヨーグルト お茶、せんべい		牛乳、麦ふあ お茶、ミレービスケット		牛乳、せんべい お茶、ミニゼリー	



発行日: 令和2年 5月

作成者: 大森

給食だより

🍷 新学期が始まり、1か月がたちました。子供たちも新しい生活に慣れてきたと同時に疲れも出てくる頃ではないかと思います。また、コロナウイルスが猛威をふるっており外出自粛が続いています。コロナにうつらないためにも、手洗い・うがい・規則正しい生活を心がけ、体調管理に気を付けて過ごしましょう。

🍷 今月の食育の日(19日)は、世界の料理でアジアになります。油淋鶏は、中国料理で「ユールン」は油を回しかけて揚げという意味で「チー」は、にわとりを意味します。チャプチェは、韓国料理で春雨の炒め物になります。豆腐チゲは、朝鮮半島の料理でなべ物になります。辛いイメージですが、子供たちが食べやすいように辛みは無しで作ります。

🍷 5月5日は子供の日(端午の節句)「柏餅」には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められています。

献立平均給与栄養量

エネルギー	未満児 470kcal・以上児 515kcal
たんぱく質	未満児 18.3g・以上児 20.2g
脂質	未満児 15.3g・以上児 15.2g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

2020年度 5月の離乳食献立表 初期



廿日市保育園

日	曜	午前食	食材名
1	金	にんじん粥、じゃがいもスープ	米、にんじん、こまつな、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉
2	土	さつまいも粥、はくさいスープ	米、さつまいも、はくさい、にんじん、キャベツ、こんぶだし、片栗粉
3	日	☀憲法記念日☀	
4	月	♣みどりの日♣	
5	火	こどもの日🎊	
6	水	☀振替休日☀	
7	木	10倍粥、すまし汁	米、にんじん、たまねぎ、さつまいも、こんぶだし、片栗粉
8	金	にんじん粥、野菜スープ	米、にんじん、キャベツ、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉
9	土	にんじん粥、チンゲン菜のスープ	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、こんぶだし、片栗粉
10	日		
11	月	さつまいも粥、はくさいスープ	米、さつまいも、はくさい、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
12	火	にんじん粥、すまし汁	米、にんじん、はくさい、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉
13	水	野菜粥、ほうれん草スープ	米、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、だいこん、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉
14	木	10倍粥、さつまいもスープ	米、さつまいも、たまねぎ、ブロッコリー、こんぶだし、片栗粉
15	金	にんじん粥、野菜スープ	米、にんじん、チンゲン菜、たまねぎ、こまつな、こんぶだし、片栗粉
16	土	野菜粥、すまし汁	米、たまねぎ、にんじん、キャベツ、はくさい、ほうれん草、こんぶだし、片栗粉
17	日		
18	月	さつまいも粥、小松菜スープ	米、さつまいも、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
19	火	10倍粥、野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、こんぶだし、片栗粉
20	水	さつまいも粥、じゃがいもスープ	米、さつまいも、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんぶだし、片栗粉
21	木	にんじん粥、野菜スープ	米、にんじん、たまねぎ、こまつな、こんぶだし、片栗粉
22	金	かぼちゃ粥、キャベツスープ	米、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉
23	土	野菜粥、はくさいスープ	米、たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな、こんぶだし、片栗粉
24	日		
25	月	10倍粥、白菜スープ	米、はくさい、にんじん、キャベツ、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉
26	火	10倍粥、小松菜のスープ	米、たまねぎ、ブロッコリー、こまつな、にんじん、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉
27	水	10倍粥、ほうれん草スープ	米、ほうれん草、だいこん、にんじん、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉
28	木	10倍粥、すまし汁	米、キャベツ、こまつな、にんじん、こんぶだし、片栗粉
29	金	10倍粥、キャベツスープ	米、キャベツ、にんじん、さつまいも、こんぶだし、片栗粉
30	土	にんじん粥、野菜スープ	米、にんじん、かぼちゃ、はくさい、こんぶだし、片栗粉
31	日		

※園の都合により献立を変更する場合があります。

2020年度 5月の離乳食献立表 中期



廿日市保育園

日	曜	午前食	食材名
1	金	にんじん粥、じゃがいもスープ、鮭の煮物	米、にんじん、木綿豆腐、こまつな、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉、鮭
2	土	さつまいも粥、はくさいスープ、鶏団子	米、さつまいも、はくさい、にんじん、キャベツ、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
3	日	🌸 憲法記念日 🌸	
4	月	🌸 みどりの日 🌸	
5	火	こどもの日 🌸	
6	水	🌸 振替休日 🌸	
7	木	7倍粥、すまし汁、白身魚の旨煮	米、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、さつまいも、こんぶだし、片栗粉、赤魚
8	金	にんじん粥、野菜スープ、鶏団子	米、にんじん、キャベツ、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
9	土	にんじん粥、チンゲン菜のスープ、鮭の煮物	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、こんぶだし、片栗粉、鮭
10	日		
11	月	さつまいも粥、はくさいスープ、白身魚の煮物	米、さつまいも、はくさい、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉、赤魚
12	火	にんじん粥、すまし汁、鶏団子	米、にんじん、はくさい、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
13	水	野菜粥、ほうれん草のスープ、鮭の煮物	米、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、だいこん、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉、鮭
14	木	7倍粥、さつまいもスープ、白身魚の煮物	米、さつまいも、たまねぎ、ブロッコリー、こんぶだし、片栗粉、赤魚
15	金	にんじん粥、野菜スープ、鶏団子	米、にんじん、チンゲン菜、たまねぎ、こまつな、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、木綿豆腐
16	土	野菜粥、すまし汁、鮭の煮物	米、たまねぎ、にんじん、キャベツ、木綿豆腐、はくさい、ほうれん草、こんぶだし、片栗粉、鮭
17	日		
18	月	さつまいも粥、小松菜のスープ、白身魚の煮物	米、さつまいも、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉、赤魚
19	火	7倍粥、野菜スープ、鶏団子	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、木綿豆腐
20	水	さつまいも粥、じゃがいもスープ、鶏団子	米、さつまいも、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
21	木	にんじん粥、野菜スープ、鮭の煮物	米、にんじん、木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、こんぶだし、片栗粉、鮭
22	金	かぼちゃ粥、キャベツスープ、鶏団子	米、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
23	土	野菜粥、はくさいスープ、白身魚の煮物	米、たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな、こんぶだし、片栗粉、赤魚
24	日		
25	月	7倍粥、白菜のスープ、鮭の旨煮	米、はくさい、にんじん、キャベツ、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉、鮭
26	火	7倍粥、小松菜のスープ、鶏団子	米、たまねぎ、ブロッコリー、こまつな、にんじん、じゃがいも、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
27	水	7倍粥、ほうれん草スープ、鶏団子	米、ほうれん草、だいこん、にんじん、たまねぎ、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
28	木	7倍粥、すまし汁、白身魚の煮物	米、キャベツ、木綿豆腐、こまつな、にんじん、こんぶだし、片栗粉、赤魚
29	金	7倍粥、キャベツスープ、鶏団子	米、木綿豆腐、キャベツ、にんじん、さつまいも、こんぶだし、片栗粉、鶏ひき肉、ソフト豆腐
30	土	野菜うどん、鮭の煮物、かぼちゃマッシュ	うどん、はくさい、にんじん、こんぶだし、片栗粉、鮭、かぼちゃ
31	日		

※園の都合により献立を変更する場合があります。

2020年度 5月の離乳食献立表 後期



廿日市保育園

日	曜	朝おやつ	午前食	午後おやつ	食材名
1	金	せんべい	全粥、味噌汁、鮭の煮物、にんじんスティック	クッキー	米、木綿豆腐、こまつな、にんじん、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、味噌、鮭、薄口醤油、片栗粉
2	土	ビスケット	さつまいも粥、白菜スープ、鶏団子、オレンジ	ビスケット	米、さつまいも、はくさい、にんじん、キャベツ、鶏ガラ、鶏ひき肉、ソフト豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、オレンジ
3	日	憲法記念日			
4	月	みどりの日			
5	火	こどもの日			
6	水	振替休日			
7	木	ビスケット	全粥、すまし汁、白身魚の旨煮、きゅうりスティック	せんべい	米、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ、さつまいも、こんぶだし、薄口醤油、赤魚、片栗粉、きゅうり
8	金	せんべい	食パンスティック、野菜スープ、鶏団子、にんじんスティック	クッキー	食パン、キャベツ、たまねぎ、にんじん、鶏ガラ、鶏ひき肉、ソフト豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉
9	土	ビスケット	にんじん粥、チンゲン菜のスープ、鮭の煮物、バナナスティック	ビスケット	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、スパゲティ、こんぶだし、薄口醤油、鮭、片栗粉、バナナ
10	日				
11	月	ウエハース	全粥、白菜のスープ、白身魚の煮物、さつまいもスティック	せんべい	米、はくさい、たまねぎ、にんじん、いんげん、鶏ガラ、赤魚、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、さつまいも
12	火	ビスケット	にんじん粥、すまし汁、鶏団子、じゃがいもスティック	クッキー	米、にんじん、はくさい、キャベツ、じゃがいも、こんぶだし、薄口醤油、鶏ひき肉、ソフト豆腐、片栗粉
13	水	ウエハース	野菜粥、ほうれん草スープ、鮭の煮物、りんごスティック	ビスケット	米、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、だいこん、じゃがいも、こんぶだし、薄口醤油、鮭、片栗粉、りんご
14	木	ビスケット	全粥、味噌汁、白身魚の煮物、にんじんスティック	せんべい	米、さつまいも、たまねぎ、ブロッコリー、こんぶだし、味噌、赤魚、薄口醤油、片栗粉、にんじん
15	金	せんべい	全粥、野菜スープ、鶏団子、にんじんスティック	クッキー	米、チンゲン菜、たまねぎ、にんじん、こまつな、鶏ガラ、鶏ひき肉、木綿豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉
16	土	ビスケット	野菜粥、すまし汁、にんじんスティック	ビスケット	米、たまねぎ、にんじん、キャベツ、木綿豆腐、はくさい、ほうれん草、こんぶだし、薄口醤油
17	日				
18	月	ビスケット	さつまいも粥、小松菜スープ、白身魚の煮物、きゅうりスティック	クッキー	米、さつまいも、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、こんぶだし、薄口醤油、赤魚、片栗粉、きゅうり
19	火	ウエハース	全粥、野菜スープ、鶏団子、だいこんスティック	せんべい	米、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、パプリカ、鶏ガラ、鶏ひき肉、木綿豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、だいこん
20	水	ウエハース	食パンスティック、じゃがいもスープ、鶏団子、バナナスティック	ビスケット	食パン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんぶだし、薄口醤油、鶏ひき肉、ソフト豆腐、片栗粉、バナナ
21	木	ビスケット	にんじん粥、味噌汁、鮭の煮物、オレンジ	せんべい	米、にんじん、木綿豆腐、たまねぎ、こまつな、こんぶだし、味噌、鮭、薄口醤油、片栗粉、オレンジ
22	金	せんべい	かぼちゃ粥、キャベツスープ、鶏団子、きゅうりスティック	クッキー	米、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、鶏ガラ、鶏ひき肉、ソフト豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、きゅうり
23	土	ビスケット	マーボー丼風、白菜スープ、白身魚の煮物	ビスケット	米、木綿豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、こんぶだし、味噌、片栗粉、はくさい、にんじん、こまつな、鶏ガラ、赤魚、薄口醤油
24	日				
25	月	ウエハース	全粥、白菜スープ、鮭の煮物、野菜スティック	せんべい	米、はくさい、にんじん、キャベツ、たまねぎ、鶏ガラ、鮭、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、だいこん、きゅうり
26	火	ビスケット	全粥、小松菜のスープ、鶏団子、じゃがいもスティック	クッキー	米、たまねぎ、ブロッコリー、小松菜、にんじん、鶏ガラ、鶏ひき肉、ソフト豆腐、こんぶだし、薄口醤油、片栗粉、じゃがいも
27	水	ウエハース	ツナ粥、ほうれん草スープ、鶏団子、じゃがいもスティック	ビスケット	米、ツナ、ほうれん草、だいこん、にんじん、たまねぎ、こんぶだし、薄口醤油、鶏ひき肉、ソフト豆腐、片栗粉、じゃがいも
28	木	ビスケット	全粥、すまし汁、白身魚の煮物、にんじんスティック	せんべい	米、キャベツ、木綿豆腐、こまつな、にんじん、こんぶだし、薄口醤油、赤魚、片栗粉
29	金	せんべい	全粥、味噌汁、鶏団子、きゅうりスティック	クッキー	米、木綿豆腐、キャベツ、にんじん、さつまいも、こんぶだし、味噌、鶏ひき肉、ソフト豆腐、薄口醤油、片栗粉、きゅうり
30	土	ビスケット	野菜うどん、鮭の煮物、かぼちゃスティック	ビスケット	うどん、はくさい、にんじん、こんぶだし、薄口醤油、鮭、片栗粉、かぼちゃ
31	日				

※園の都合により献立を変更する場合があります。