2025年　5月　乳幼児献立表（中野区保育園・幼稚園課）

やさいデー

曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日	12　26	13　27	14　28	1　15　29	2　16　30	17　31	19	20	7　21	8　22	9　23	10　24
乳児 午前おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
主食	ご飯	焼きそば	ご飯	ご飯	カレーライス	きつねうどん	わかめご飯	ご飯	ご飯	ご飯	人参ご飯	炊き込みご飯
副食	マーボー豆腐 磯辺ポテト 二色和え すまし汁	ブロッコリーのしらす和え チーズ 中華風コーンスープ	魚のステーキソースかけ 塩もみ トマト 味噌汁	鶏肉の照り焼き おかか和え スティック人参 実だくさん汁	鶏レバーの甘辛煮 フレンチサラダ	肉じゃが ゆかり和え	炒り豆腐 南瓜のオイルソテー スティック胡瓜 味噌汁	千草焼き 粉ふき芋 わかめのツナコーン和え 味噌汁	豚肉のオイスターソース炒め アスパラサラダ トマト 味噌汁	ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリー 野菜スープ	魚の天ぷら 二色和え そら豆 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜もみ 味噌汁
材料	胚芽米 豆腐 豚ひき肉 干ししいたけ 葱 大豆味噌 テンメンジャン 醤油　酒 生姜 なたね油 片栗粉 じゃが芋 塩　青のり もやし 胡瓜 醤油 わかめ 人参 葱 塩 醤油 かつお・昆布だし	中華蒸しめん 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ニラ なたね油　塩 中濃ソース 青のり ブロッコリー 人参 しらす 醤油 チーズ クリームコーン 玉葱 塩 ガラスープ 片栗粉 パセリ	胚芽米 メカジキ 酒 玉葱 穀物酢 醤油 砂糖 なたね油 キャベツ 人参 塩 トマト 小松菜 人参 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 鶏肉 みりん 醤油 片栗粉 なたね油 もやし さやいんげん かつお節 醤油 人参 塩 白菜 人参 ごぼう 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 りんご 小麦粉 バター 塩　カレー粉 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 鶏レバー みりん　醤油 なたね油　生姜 キャベツ 胡瓜 人参 穀物酢　塩 なたね油	乾めん 油揚げ 葱 人参 みりん 醤油 かつお・昆布だし じゃが芋 玉葱 豚肉 醤油 砂糖 なたね油 もやし ゆかり 塩	胚芽米 わかめご飯の素 豆腐 豚肉 人参 しいたけ 葱 醤油 砂糖 なたね油 片栗粉 南瓜 オリーブ油 塩 胡瓜 塩 大根 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 鶏卵 キャベツ ニラ 人参 玉葱 なたね油 塩 かつおだし じゃが芋 塩 わかめ ホールコーン ツナ缶 醤油 なす 油揚げ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 豚肉 玉葱 ピーマン なたね油 酒 醤油　塩 オイスターソース グリーンアスパラ キャベツ 人参 穀物酢 なたね油 塩 トマト もやし 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 豚ひき肉 玉葱 マッシュポテト 塩 なたね油 ケチャップ 中濃ソース 人参 醤油 砂糖 ブロッコリー キャベツ 玉葱 人参 塩 醤油 ベーコン ガラスープ 野菜スープ （備蓄品）	胚芽米 人参 塩 白身魚 酒 塩 小麦粉 なたね油 ほうれん草 もやし 醤油 そら豆 塩 豆腐 葱 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 鶏肉 人参 干ししいたけ 酒 塩 醤油 じゃが芋 豚ひき肉 かつおだし 醤油 砂糖 酒 胡瓜 塩 大根 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし
デザート	バナナ	乳児　オレンジ	バナナ	オレンジ	オレンジ	バナナ	オレンジ	バナナ	乳児　オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ
3時おやつ	牛乳 黒砂糖の 米粉蒸しパン	牛乳 こぎつね丼	牛乳 南瓜ようかん	牛乳 黄な粉バターサンド	いちごバナナヨーグルト	牛乳 コーンご飯	牛乳 プアマンケーキ	牛乳 混ぜご飯	牛乳 なめこうどん	牛乳 クリームベリーサンド	牛乳 りんごゼリー せんべい	牛乳 おにぎり
材料	米粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 調整豆乳 なたね油 給与目標量 穀物酢	胚芽米 鶏ひき肉　酒 油揚げ　生姜 醤油　なたね油 砂糖　みりん かつおだし	南瓜 寒天 砂糖 塩	食パン バター 黄な粉 砂糖	プレーンヨーグルト 砂糖 いちごジャム バナナ	胚芽米 ホールコーン 塩 パセリ	小麦粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖 なたね油	胚芽米 小松菜 しらす 醤油 塩	乾めん なめこ 葱　人参 みりん 醤油 かつお・昆布だし	丸パン クリームチーズ ブルーベリージャム	りんごジュース 寒天 砂糖 せんべい	胚芽米 青のり しらす 塩
エネルギー(乳児)Kcal 610(480)	546(458)	587(495)	514(434)	605(489)	543(449)	530(435)	601(503)	602(493)	524(443)	574(468)	521(439)	541(441)
タンパク質(乳児)g 25．0(20．0)	18.1(15.6)	25.2(21.6)	21.4(18.1)	24.1(19.9)	20.8(17.8)	18.1(15.1)	17.5(15.2)	22.2(18.5)	21.3(18.1)	22.8(18.9)	23.2(19.7)	19.4(16.0)
補食	麦茶 おにぎり	麦茶 ぶどうゼリー・菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子・果物	麦茶 蒸かし芋	麦茶 菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 みかんゼリー・菓子	麦茶 南瓜のマッシュ	麦茶 菓子・果物	麦茶 わかめご飯	麦茶 菓子
材料	胚芽米 ゆかり 塩	ぶどうジュース 寒天 砂糖			さつま芋			みかんジュース 寒天 砂糖	南瓜 砂糖		胚芽米 わかめご飯の素	

＊補食は延長保育対象児のみになります。
＊献立内容は都合により変更する場合があります。
＊今月の「やさいデー」は、旬の野菜を使用する日に設定しています。
＊柑橘類は入荷の状況により変更になることがあります。
＊野菜スープは、災害時用の備蓄品を使用します。

＊ガラスープは鶏と豚を使用しています
＊おやつ・補食の市販菓子は、卵、乳、胡麻が含まれていないものを使用しています。
＊口で囲まれた食材は、アレルゲンの確認が必要な加工食品です。
＊午前のおやつのビスケットは、クラッカーに変更になることがあります。