令和5年　 　5　月　の　献　立　表（幼児食）　

吹田市立保育園
はぎのきこども園
いずみ小規模園

日	朝のおやつ	主食	副食	使用食品					おやつ
1 月	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん	ハヤシライス お浸し	豚肉 ﾊﾔｼﾙｳ 白菜	たまねぎ ｳｽﾀｰｿｰｽ 人参	人参 油 濃口しょうゆ	しめじ	ピーマン	牛乳 オレンジ ぽたぽた焼
2 火	牛乳 りんご	ごはん	豚肉とキャベツの みそ炒め ビーフン汁	豚肉 ピーマン ビーフン	キャベツ みそ 人参	たまねぎ 濃口しょうゆ にら	人参 三温糖 けずり節	太もやし 油 薄口しょうゆ	牛乳 ココア蒸しパン 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　純ココア 白ざとう　水　油
6 土	牛乳 お菓子		わかめラーメン 煮つけ	中華そば 太もやし 薄口しょうゆ じゃがいも	豚肉 わかめ 三温糖	キャベツ 丸鶏がらｽｰﾌﾟ 濃口しょうゆ	たまねぎ 塩・こしょう だし昆布	人参 ごま油	牛乳 くだもの お菓子
8 月	牛乳 オレンジ	食パン	ｶﾚｰｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ お浸し	鶏肉 生むきえんどう豆 ブロッコリー	サラダマカロニ 牛乳 濃口しょうゆ	じゃがいも 塩・こしょう	たまねぎ カレールウ	人参 油	牛乳 焼おにぎり 精白米　油　白いりごま あおさ粉　粉かつお　濃口しょうゆ
9 火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん	さわらの塩こうじ焼 お浸し みそ汁	さわら きゅうり おつゆふ	塩こうじ 濃口しょうゆ たまねぎ	わかめ	みそ	けずり節	牛乳 グレープゼリー ｸﾞﾚｰﾌﾟｼﾞｭｰｽ100%　寒天（粉末）　白ざとう 水 ぷくぷく　ﾌﾟﾚｰﾝﾋﾞｽｹｯﾄ
10 水	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん	そぼろごはん みそ汁	鶏ミンチ 油 南瓜	たまねぎ 太もやし えのきだけ	人参 ほうれん草 みそ	三温糖 コーン缶(粒) けずり節	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	牛乳 人参ケーキ 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　人参 卵　三温糖　油
11 木	牛乳 お子様せんべい	ごはん	さつま汁 ひじきのいため煮	豚肉 青ねぎ ひじき 油	さつまいも みそ けずり節 ちくわ けずり節	大根 けずり節 人参	人参 三温糖	こんにゃく 濃口しょうゆ	牛乳 ジャムサンド 食パン　いちごジャム
12 金	牛乳 マンナ	ｺｯﾍﾟﾊﾟﾝ	新緑さくさく揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	キングフィレ 油 小松菜 豆腐	小麦粉 水 人参 たまねぎ	片栗粉 パセリ 三温糖 豆苗	ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ 油 濃口しょうゆ けずり節	塩 けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 甘夏 おにぎりせんべい銀しゃり
13 土	牛乳 お菓子		五目うどん 煮つけ	うどん 青ねぎ さつまいも	鶏肉 けずり節 三温糖	白菜 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ けずり節	人参	牛乳 くだもの お菓子
15 月	牛乳 ハイハイン	ｿﾌﾄﾌﾗﾝｽ	鶏肉のマーマレード煮 おかか 野菜スープ	鶏肉手羽元 春キャベツ 太もやし	マーマレード ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗ たまねぎ	濃口しょうゆ 花かつお 人参	ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ100% 濃口しょうゆ けずり節	 薄口しょうゆ	牛乳 りんご ぱりんこ
16 火	牛乳 ベビーせんべい	豆ごはん	鯖のおろし煮 ごまあえ みそ汁	生さば 青梗菜 じゃがいも	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 白いりごま みそ	大根 濃口しょうゆ けずり節		牛乳 かいじゅう揚 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　白ざとう 卵　牛乳　水 油
17 水	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん	ハヤシライス お浸し	豚肉 ﾊﾔｼﾙｳ 白菜	たまねぎ ｳｽﾀｰｿｰｽ 人参	人参 油 濃口しょうゆ	しめじ	ピーマン	牛乳 オレンジ ぽたぽた焼
18 木	牛乳 お子様せんべい お誕生会	ｱｯﾌﾟﾙ ﾊﾟﾝｽﾞ	鮭のハーブ焼 きゅうりとコーンのお浸し レタスのスープ	生さけ きゅうり レタス	濃口しょうゆ コーン缶(粒) たまねぎ	みりん 濃口しょうゆ 人参	バジル けずり節	 薄口しょうゆ	牛乳 レモンケーキ 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　卵 白ざとう　生クリーム　バター レモン

令和5年　 　5　月　の　献　立　表（幼児食）　

吹田市立保育園
はぎのきこども園
いずみ小規模園

日	朝のおやつ	主食	副食	使用食品					おやつ
19 金	牛乳 りんご	ごはん	豚肉とキャベツのみそ炒め ビーフン汁	豚肉 ピーマン ビーフン	キャベツ みそ 人参	たまねぎ 濃口しょうゆ にら	人参 三温糖 けずり節	太もやし 油 薄口しょうゆ	牛乳 ココア蒸しパン 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　純ココア 白ざとう　水　油
20 土	牛乳 お菓子		わかめラーメン 煮つけ	中華そば 太もやし 薄口しょうゆ じゃがいも	豚肉 わかめ 三温糖	キャベツ 丸鶏がらｽｰﾌﾟ 濃口しょうゆ	たまねぎ 塩・こしょう だし昆布	人参 ごま油	牛乳 くだもの お菓子
22 月	牛乳 オレンジ	食パン	ｶﾚｰｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ お浸し	鶏肉 生むきえんどう豆 ブロッコリー	ｻﾗﾀﾞﾏｶﾛﾆ 牛乳 濃口しょうゆ	じゃがいも 塩・こしょう	たまねぎ カレールウ	人参 油	牛乳 焼おにぎり 精白米　油　白いりごま あおさ粉　粉かつお　濃口しょうゆ
23 火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん	さわらの塩こうじ焼 お浸し みそ汁	さわら きゅうり おつゆふ	塩こうじ 濃口しょうゆ たまねぎ	わかめ	みそ	けずり節	牛乳 グレープゼリー ｸﾞﾚｰﾌﾟｼﾞｭｰｽ100%　寒天（粉末）　白ざとう 水 ぷくぷく　ﾌﾟﾚｰﾝﾋﾞｽｹｯﾄ
24 水	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん	そぼろごはん みそ汁	鶏ミンチ 油 南瓜	たまねぎ 太もやし えのきだけ	人参 ほうれん草 みそ	三温糖 コーン缶(粒) けずり節	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	牛乳 人参ケーキ 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　人参 卵　三温糖　油
25 木	牛乳 お子様せんべい	ごはん	さつま汁 ひじきのいため煮	豚肉 青ねぎ ひじき 油	さつまいも みそ ちくわ けずり節	大根 けずり節 人参	人参 三温糖	こんにゃく 濃口しょうゆ	牛乳 ジャムサンド 食パン　いちごジャム
26 金	牛乳 マンナ	ｺｯﾍﾟﾊﾟﾝ	新緑さくさく揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	キングフィレ 油 小松菜 豆腐	小麦粉 水 人参 たまねぎ	片栗粉 パセリ 三温糖 豆苗	ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ 油 濃口しょうゆ けずり節	塩 けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 甘夏 おにぎりせんべい銀しゃり
27 土	牛乳 お菓子		五目うどん 煮つけ	うどん 青ねぎ さつまいも	鶏肉 けずり節 三温糖	白菜 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ けずり節	人参	牛乳 くだもの お菓子
29 月	牛乳 ハイハイン	ｿﾌﾄﾌﾗﾝｽ	鶏肉のマーマレード煮 おかか 野菜スープ	鶏肉手羽元 春キャベツ 太もやし	マーマレード ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗ たまねぎ	濃口しょうゆ 花かつお 人参	ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ100% 濃口しょうゆ けずり節	 薄口しょうゆ	牛乳 りんご ぱりんこ
30 火	牛乳 ベビーせんべい	豆ごはん	鯖のおろし煮 ごまあえ みそ汁	生さば 青梗菜 じゃがいも	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 白いりごま みそ	大根 濃口しょうゆ けずり節		牛乳 かいじゅう揚 小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　白ざとう 卵　牛乳　水 油
31 水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん	炒り鶏 みそ汁	鶏肉 三温糖 白菜	ちくわ 濃口しょうゆ うす揚	じゃがいも けずり節 みそ	人参 油 けずり節	こんにゃく	牛乳 オレンジ 新潟仕込み こだわりの塩味

◇　**献立内容は予定ですので、変更になることがあります。**
◇　**初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。**

【園での一人あたりの栄養量(３～５歳児)】

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂　質 g	カルシウム mg
目　標　量	561	18.2～28.0	12.5～18.7	260
5月の平均栄養量	564	21.3	17.4	270