



令和7年

5月の献立表



みづほ保育園

日	曜日	行事予定	お昼の献立	血や肉になるもの	熱と骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1	木	創立記念日	ぶたにくのしょうがやき スパゲティサラダ みそしる くだもの	ぶたにく ハム とうふ みそ	あぶら スパゲティ マヨネーズ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャベツ コーン わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
2	金	子どもの日のつどい	さかなのムニエル ドレッシングあえ ポテトスープ ゼリー	さけ ベーコン ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら バター さとう じゃがい も	キャベツ きゅうり にんじん もやし たまねぎ	まめぴよ ★ホットケーキ
3	土	憲法記念日					
5	月	こどもの日					
6	火	振替休日					
7	水		すきやきに こまつなのしらすあえ くだもの	ぎゅうにく とうふ ちりめんじゃこ	しらたき ふ あぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ はくさい にんじん しいたけ あおねぎ こまつな キャベツ わかめ	ぎゅうにゅう ★おにぎり
8	木		かぼちゃとチーズのたまごやき もやしソテー ミニゼリー あつあげのとりみじる	たまご チーズ ハム あつあげ ぶたにく	バター あぶら かたくりこ	かぼちゃ ピーマン たまねぎ にんじん もやし コーン しいたけ こまつな	ぎゅうにゅう おかき
9	金	歩こう会	さかなのたつたあげ マヨネーズサラダ ごもくスープ くだもの	さかな ハム とうふ たまご	あぶら かたくりこ マヨネーズ	キャベツ きゅうり コーン にんじん ほししいたけ たまねぎ あおねぎ	ぎゅうにゅう せんべい
10	土						
12	月		ポテトグラタン コーンとわかめのスープ くだもの	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	じゃがいも あぶら バター ばんこ こむぎこ	たまねぎ しめじ ブロッコリー わかめ コーン にんじん	ぎゅうにゅう ★きなこケーキ
13	火		さかなのうめみそやき ゴマネーズあえ かきたまじる くだもの	さかな みそ ハム たまご	あぶら マヨネーズ ごま かたくりこ	うめぼし キャベツ ブロッコリー にんじん コーン たまねぎ わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
14	水	げんキッズ	カレーチュー わかめサラダ ミニゼリー	ぎゅうにく カニカマ	じゃがいも あぶら カレールウ さとう	たまねぎ にんじん わかめ キャベツ もやし きゅうり	ヤクルトジョア バームクーヘン
15	木	園医健診	とうふチャンプルー こまつなのサラダ くだもの	とうふ ぶたにく たまご かつおぶし ツナ	あぶら さとう ごまあぶら ごま	にんじん キャベツ しいたけ ピーマン こまつな コーン しめじ もやし	ぎゅうにゅう ★ポテドック
16	金	身体計測 サッカー教室	にぎかな きりぼしだいこんのごまあえ みそしる くだもの	さかな とうふ あぶらあげ みそ	さとう ごま	しょうが キャベツ きりぼしだいこん にんじん あおねぎ	ぎゅうにゅう クッキー
17	土		個別 懇談				
19	月	お誕生会	ひじきごはん タンドリーチキン レモンあえ コンソメスープ ゼリー	ツナ とりにく ヨーグルト ウインナー	こめ さとう あぶら	ひじき にんじん キャベツ きゅうり レモンかじゅう たまねぎ しめじ	ラブミープラス ケーキ
20	火		さかなのマヨネーズやき コーンサラダ マカロニスープ くだもの	さかな チーズ ウインナー	マヨネーズ あぶら さとう マカロニ	たまねぎ にんじん コーン もやし キャベツ	ぎゅうにゅう ★シュガーラスク
21	水		ちぐさやき はるさめのすのもの すましじる くだもの	たまご とりにく ハム あぶらあげ とうふ みそ	さとう あぶら はるさめ ごまあぶら	たまねぎ にんじん あおねぎ ほししいたけ きゅうり ほうれんそう えのきたけ	ぎゅうにゅう ウエハース
22	木	絵本の日	こうやどうふのごもくに チキンサラダ くだもの	こうやどうふ とりにく	じゃがいも あぶら さとう マヨネーズ	たまねぎ にんじん しいたけ インゲン キャベツ こまつな	ぎゅうにゅう ★ちんすこう
23	金	避難訓練	さかなのレモンソース やさしいソテー まいたけのみそしる くだもの	さかな ベーコン とうふ あぶらあげ みそ	さとう マカロニ	レモンかじゅう もやし チンゲンサイ にんじん たまねぎ まいたけ あおねぎ	ぎゅうにゅう せんべい
24	土	奉仕作業(8:15~)					
26	月	給食費集金日 絵本返却	すぶた ちゅうかスープ チーズ くだもの	ぶたにく ハム	かたくりこ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ ピーマン パイナップル えのきたけ もやし あおねぎ	ぎゅうにゅう ★バナナビスケット
27	火	親子バス遠足(きりん組) 春の遠足 (ばんだ・うさぎ・りす・ひよこ)	おべんとうもちのひ				リンゴジュース あられ
28	水		とりのカレーからあげ ミカンサラダ きのこスープ くだもの	とりにく ベーコン	かたくりこ あぶら マヨネーズ	しょうが キャベツ にんじん きゅうり ミカンかん エリンギ しめじ たまねぎ	ぎゅうにゅう パイ
29	木		とうふとひじきのつくねやき のりあえ みそしる くだもの	とうふ とりにく たまご みそ あぶらあげ	ばんこ あぶら	にんじん あおねぎ しょうが ひじき もやし きゅうり コーン かぼちゃ たまねぎ わかめ	ぎゅうにゅう ★みかん クリームサンド
30	金		さかなのごまみそやき ごもくに すましじる ヨーグルト	さかな みそ だいず とうふ	さとう ごま こんにやく	しょうが にんじん ごぼう こんぶ たまねぎ えのきたけ わかめ	ぎゅうにゅう クラッカー
31	土						

* 園の行事、仕入れ材料等で献立が変更になることがあります
* ★じるしは手作りおやつです

19日(月) お誕生会

ごはんはいりません
給食セットを持ってきて
ください



27日(火) 春の遠足(お弁当持ちの日)

食中毒が発生しやすい季節なので、しっかり
加熱し、冷ましてからお弁当箱に詰め、保冷
剤を入れて菌を繁殖させないようにして持っ
て来てください。

