

2025年 5月分献立表

ふらっと保育園

日 ／ 曜	中期食 ※初期は下線の食材		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
1 ／ 木	お粥 さつま芋のマッシュ みそ汁（人参、大根） 麦茶	お粥 カレイと玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 さつま芋の甘煮 みそ汁（人参、大根） 麦茶	軟飯 カレイと玉ねぎ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	ごはん 鰯の塩焼き ひじきの煮物 みそ汁（大根、しめじ） 麦茶	ヨーグルト 麦茶	
						焼うどん 麦茶 牛乳	
2 ／ 金	お粥 豚ひき肉とピーマンのやわらか煮 みそ汁（里芋） 麦茶	お粥 豆腐のおかか煮 みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め煮 みそ汁（里芋） 麦茶	軟飯 豆腐のおかか炒め みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 果物（パインアップル） みそ汁（里芋、わかめ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	
						鶏ごぼうごはん 麦茶 牛乳	
7 ／ 水	お粥 チンゲン菜のやわらか豚そぼろ煮 みそ汁（茄子） 麦茶	パン粥 コロコロポテトスープ （じゃが芋、人参、玉ねぎ） 麦茶	軟飯 チンゲン菜の豚そぼろ煮 みそ汁（茄子、えのき） 麦茶	一口チーズトースト コロコロポテトスープ （じゃが芋、人参、玉ねぎ） 麦茶	ごはん 厚揚げの中華風炒め 里芋のおかか和え みそ汁（茄子、えのき） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳	
						チーズトースト 麦茶 牛乳	
8 ／ 木	お粥 豆腐のみそ煮 小松菜と人参のスープ 麦茶	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（胡瓜） 麦茶	軟飯 豆腐のみそ煮 小松菜と人参のスープ 麦茶	軟飯 鶏肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（胡瓜） 麦茶	ごはん 白身魚のみそ煮 切干サラダ すまし汁（豆腐、小松菜） 麦茶	ヨーグルト 麦茶	
						レーズンクッキー 麦茶 牛乳	
9 ／ 金	お粥 南瓜のつぶし煮 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	くたくたきなこクリームマカロニ 人参スープ 麦茶	軟飯 蒸し南瓜 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	やわらかきなこクリームマカロニ 人参スープ 麦茶	ごはん 鶏の若草焼き かぼちゃの甘煮 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	
						きなこマカロニ 麦茶 牛乳	
10 ／ 土	くたくたほうれん草クリームスパゲティ （玉ねぎ） つぶし果物（みかん缶） 麦茶	お粥 鮭じゃが煮 白菜スープ 麦茶	やわらかほうれん草クリームスパゲティ （玉ねぎ） きざみ果物（みかん缶） 麦茶	お粥 鮭じゃが焼 白菜スープ 麦茶	鮭とほうれん草のクリームスパゲティ スープ（人参、白菜） 果物（みかん缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳	
						スティックパン 麦茶 牛乳	
12 ／ 月	パン粥 コロコロスープ （ささみ、人参、玉ねぎ） つぶし果物（いちご） 麦茶	お粥 ブロッコリーのやわらか煮 みそ汁（コーン、じゃが芋） 麦茶	一口食パン コロコロスープ （ささみ、人参、玉ねぎ） きざみ果物（いちご） 麦茶	軟飯 ブロッコリーの煮物 みそ汁（コーン、じゃが芋） 麦茶	ロールパン クリームシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ 果物（いちご） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳	
						茶飯おにぎり 麦茶 牛乳	
13 ／ 火	お粥 ほぐしカレイ煮 みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	軟飯 煮魚（カレイ） みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	ごはん ホキの煮つけ 小松菜とベーコンのソテー みそ汁（もやし、人参） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	
						ココアクリームコッペパン 麦茶 牛乳	
14 ／ 水	お粥 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁（玉ねぎ、麩） 麦茶	軟飯 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁（玉ねぎ、麩） 麦茶	ごはん 鶏のコーンフレーク焼き 春キャベツのサラダ みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳	
						南瓜マフィン 麦茶 牛乳	
15 ／ 木	お粥 さつま芋のマッシュ みそ汁（人参、大根） 麦茶	お粥 カレイと玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 さつま芋の甘煮 みそ汁（人参、大根） 麦茶	軟飯 カレイと玉ねぎ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	ごはん 鰯の塩焼き ひじきの煮物 みそ汁（大根、しめじ） 麦茶	ヨーグルト 麦茶	
						焼うどん 麦茶 牛乳	
16 ／ 金	お粥 豚ひき肉とピーマンのやわらか煮 みそ汁（里芋） 麦茶	お粥 豆腐のおかか煮 みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め煮 みそ汁（里芋） 麦茶	軟飯 豆腐のおかか炒め みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 果物（パインアップル） みそ汁（里芋、わかめ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳	
						鶏ごぼうごはん 麦茶 牛乳	
17 ／ 土	くたくたわかめうどん （人参） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉ともやしのとろみ煮 みそ汁（チンゲン菜） 麦茶	やわらかわかめうどん （人参） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 鶏ひき肉ともやしの炒め煮 みそ汁（チンゲン菜） 麦茶	わかめラーメン もやしとチンゲン菜のナムル 果物（もも缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳	
						レーズンパン 麦茶 牛乳	

2025年 5月分献立表

ふらっと保育園

日 ／ 曜	中期食		後期食		完了食 献立	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後			午 後
19 ／ 月	お粥 茄子の鶏そぼろあん みそ汁（もやし） 麦茶	お粥 胡瓜のだし煮 みそ汁（豆腐、玉ねぎ） 麦茶	軟飯 茄子の鶏そぼろ煮 みそ汁（もやし） 麦茶	軟飯 胡瓜のごま風味 みそ汁（豆腐、玉ねぎ） 麦茶	麻婆茄子丼 甘酢あえ（れんこん） 中華スープ（もやし） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー（りんご） せんべい 麦茶、牛乳	
20 ／ 火	お粥 鮭のほぐし煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	お粥 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 煮魚（さけ） みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	軟飯 キャベツと人参の炒め煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん 鮭のオーロラソース キャベツとえのきの和え物 みそ汁（切干大根、わかめ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 甘食 麦茶 牛乳	
21 ／ 水	お粥 チンゲン菜のやわらか豚そぼろ煮 みそ汁（茄子） 麦茶	パン粥 コロコロポテトスープ （じゃが芋、人参、玉ねぎ） 麦茶	軟飯 チンゲン菜の豚そぼろ煮 みそ汁（茄子） 麦茶	一口チーズトースト コロコロポテトスープ （じゃが芋、人参、玉ねぎ） 麦茶	ごはん 厚揚げの中華風炒め 里芋のおかか和え みそ汁（茄子、えのき） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 チーズトースト 麦茶 牛乳	
22 ／ 木	お粥 煮奴 みそ汁（さつま芋、麴） 麦茶	お粥 ブロッコリーの豚そぼろあん パプリカとコーンのスープ 麦茶	軟飯 煮奴 みそ汁（さつま芋、麴） 麦茶	軟飯 ブロッコリーの豚そぼろ煮 パプリカとコーンのスープ 麦茶	【お誕生日会】 ゆかりごはん ヘルシーミートローフ ブロッコリーの和風サラダ みそ汁（麴、さつま芋） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 【お誕生日おやつ】 プリンアラモード 麦茶、牛乳	
23 ／ 金	お粥 南瓜のつぶし煮 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	くたくたきなこクリームマカロニ 人参スープ 麦茶	軟飯 蒸し南瓜 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	やわらかきなこクリームマカロニ 人参スープ 麦茶	ごはん 鶏の若草焼き かぼちゃの甘煮 みそ汁（キャベツ、玉ねぎ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 きなこマカロニ 麦茶 牛乳	
24 ／ 土	くたくたほうれん草クリームスパゲティ （玉ねぎ） つぶし果物（みかん缶） 麦茶	お粥 鮭じゃが煮 白菜スープ 麦茶	やわらかほうれん草クリームスパゲティ （玉ねぎ） きざみ果物（みかん缶） 麦茶	お粥 鮭じゃが焼 白菜スープ 麦茶	鮭とほうれん草のクリームスパゲティ スープ（人参、白菜） 果物（みかん缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
26 ／ 月	パン粥 コロコロスープ （ささみ、人参、玉ねぎ） つぶし果物（いちご） 麦茶	お粥 ブロッコリーのやわらか煮 みそ汁（コーン、じゃが芋） 麦茶	一口食パン コロコロスープ （ささみ、人参、玉ねぎ） きざみ果物（いちご） 麦茶	軟飯 ブロッコリーの煮物 みそ汁（コーン、じゃが芋） 麦茶	ロールパン クリームシチュー（豚・乳） ブロッコリーとコーンのサラダ 果物（いちご） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 茶飯おにぎり 麦茶 牛乳	
27 ／ 火	お粥 ほぐしカレー煮 みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	軟飯 煮魚（カレー） みそ汁（キャベツ、わかめ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（玉ねぎ、人参） 麦茶	ごはん ホキの煮つけ 小松菜とベーコンのソテー みそ汁（もやし、人参） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 ココアクリームコッペパン 麦茶 牛乳	
28 ／ 水	お粥 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	お粥 南瓜のミルク煮 みそ汁（玉ねぎ、麴） 麦茶	軟飯 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	軟飯 南瓜のミルク煮 みそ汁（玉ねぎ、麴） 麦茶	ごはん 鶏のコーンフレーク焼き 春キャベツのサラダ みそ汁（かぶ、いんげん） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 南瓜マフィン 麦茶 牛乳	
29 ／ 木	お粥 豆腐のみそ煮 小松菜と人参のスープ 麦茶	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎののろろ煮 みそ汁（胡瓜） 麦茶	軟飯 豆腐のみそ煮 小松菜と人参のスープ 麦茶	軟飯 鶏ひき肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（胡瓜） 麦茶	ごはん 白身魚のみそ煮 切干サラダ すまし汁（豆腐、小松菜） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 レーズンクッキー 麦茶 牛乳	
30 ／ 金	お粥 豚ひき肉と大根ののろみ煮 みそ汁（胡瓜、玉ねぎ） 麦茶	くたくた野菜そうめん （人参、玉ねぎ） いんげんのおかか煮 麦茶	軟飯 大根の豚そぼろ煮 みそ汁（胡瓜、玉ねぎ） 麦茶	やわらか野菜そうめん （人参、玉ねぎ） いんげんのおかか和え 麦茶	ごはん 大根と豚肉の煮物 胡瓜のナムル みそ汁（玉ねぎ、しめじ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 うーめん 麦茶 牛乳	
31 ／ 土	くたくたわかめうどん （人参） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉ともやしののろみ煮 みそ汁（チンゲン菜） 麦茶	やわらかわかめうどん （人参） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 鶏ひき肉ともやしの炒め煮 みそ汁（チンゲン菜） 麦茶	わかめラーメン もやしとチンゲン菜のナムル 果物（もも缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。