



2025年 5月 城星学園幼稚園メニュー



※生・落花生の入った食材は使用しておりません。

※5月7日より年少開始

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				栄養価
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	木	ツナとひじきの炊き込みごはん 鶏肉のみそ風味焼き 大根サラダ 味噌汁	ツナフレーク・油揚げ 鶏肉・赤みそ ちくわ 卵・白みそ	ひじき・しめじ・人参 米(国産)・砂糖 砂糖 玉ねぎドレッシング・砂糖	醤油 酒・みりん だし	エネルギー 400 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 14.2 g 糖質 48.2 g 炭水化物 2.5 g	
年少開始	7	ごはん チーズハンバーグ ブロッコリーサラダ そうめん汁 マツゴ(缶詰)	ハンバーグ・チーズ サラダチキン 油揚げ・白みそ	米(国産) ブロッコリー・コーン ワカメ マツゴ(缶詰)	イタリアンドレッシング そうめん	トマトクチャップ 塩 だし	エネルギー 418 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 11.8 g 糖質 62.6 g 炭水化物 2.2 g
8	木	味噌うどん ソーセージの天ぷら ゴマボテサラダ フルーツ(黄桃)	牛肉・さつま揚げ・赤みそ・白みそ フィッシュソーセージ ツナフレーク	白米・人参・小松菜 ほうれん草・玉ねぎ 黄桃(缶詰)	うどん 小麦粉・油 じゃが芋・白ごま・マヨネーズ	だし・みりん・醤油・塩 和風だし・塩	エネルギー 383 kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 14.0 g 糖質 51.5 g 炭水化物 2.5 g
9	金	カレーライス おかかサラダ フルーツ(りんご)	牛肉 かつお節	白米・人参・こんにゃく グリーンアスパラガス・キャベツ・黄パプリカ りんご	米(国産)・じゃが芋・油 油・砂糖	トマトクチャップ・カレー味の 醤油・酢	エネルギー 427 kcal たんぱく質 8.3 g 脂質 11.5 g 糖質 74.9 g 炭水化物 1.7 g
12	月	ごはん 豚肉と根菜の煮物 ハムとブロッコリーのソテー みそ汁 オレシジサウーかん	豚肉 ハム 白みそ	大根・人参・れんごん・いんげん ブロッコリー・玉ねぎ 白米 オレシジジュース	米(国産) 糸こんにゃく(黒)・砂糖 油・砂糖 じゃが芋 カルピス	だし・醤油・みりん・酒 チキンコンソメ だし	エネルギー 355 kcal たんぱく質 12.3 g 脂質 5.3 g 糖質 67.1 g 炭水化物 1.5 g
13	火	ごはん ハニーストウイースターソース煮込み チンゲン菜の卵とじ 中華スープ フルーツ(バナナ)	豆腐・豚肉 卵 かまぼこ	白米・人参・ピーマン・しめじ チンゲン菜・玉ねぎ なす・ニラ バナナ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 ブロッコリー 調合ごま油	オイスターソース・醤油・中華だし だし・醤油 中華だし・醤油・塩	エネルギー 393 kcal たんぱく質 11.6 g 脂質 18.7 g 糖質 59.1 g 炭水化物 2.0 g
14	水	ロールパン 鶏肉のバーベキューソース コーンサラダ スパ フルーツ(パイナップル)	鶏肉	コーン・きゅうり・人参 白米・玉ねぎ・まいだけ パイナップル(缶詰)	ロールパン 小麦粉・油・砂糖・でん粉 マヨネーズ	※オレシジジュース・オレシジジュース・オレシジジュース・オレシジジュース チキンコンソメ	エネルギー 371 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 18.7 g 糖質 36.3 g 炭水化物 2.1 g
15	木	ごはん サバの味噌付け焼 マカロニサラダ 味噌汁	さば ハム 油揚げ・白みそ	小松菜・玉ねぎ えのき・ワカメ・人参	米(国産) 砂糖 マカロニ・マヨネーズ	塩 だし	エネルギー 427 kcal たんぱく質 15.5 g 脂質 17.4 g 糖質 53.7 g 炭水化物 2.2 g
16	金	中華丼 蒸しシューマイ しらすとちやしの甘酢和え 豆腐のスープ	豚肉・さつま揚げ 肉しゅうまい しらす 豆腐	白米・玉ねぎ・人参・生しいたけ・いんげん きゅうり・太もやし・赤パプリカ たけのこ・小松菜	米(国産)・油・でん粉 砂糖	中華だし・醤油・塩 酢・醤油 ブイヨン・塩	エネルギー 417 kcal たんぱく質 13.0 g 脂質 10.6 g 糖質 72.1 g 炭水化物 2.6 g
19	月	そぼろ醤油ラーメン 揚げキョウサ かぼちゃのマドレ和え フルーツ(黄桃)	牛ひき肉 ギョーザ チーズ	キャベツ・人参・太もやし・ニラ かぼちゃ・玉ねぎ・きゅうり 黄桃(缶詰)	ラーメン・油・ごま油 ごまドレッシング	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	エネルギー 340 kcal たんぱく質 13.2 g 脂質 10.8 g 糖質 54.7 g 炭水化物 3.3 g
20	火	ごはん 豚肉と葱の甘辛炒め 高野豆腐の卵とじ みそ汁	豚肉 高野豆腐・卵 白みそ	おひのこ・玉ねぎ・黄パプリカ・白米・いんげん 人参・ほうれん草 なす	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖 さつま芋	醤油・みりん・酒 和風だし・酒・みりん・醤油 だし	エネルギー 356 kcal たんぱく質 14.1 g 脂質 14.0 g 糖質 57.1 g 炭水化物 1.6 g
21	水	ごはん 白身魚フライ 白菜サラダ 味噌汁 マツゴ(缶詰)	白身魚フライ 焼豚 豆腐・白みそ	卵・さつま揚げ・黄パプリカ・人参・レモン汁 ワカメ マツゴ(缶詰)	米(国産) 油 砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油 だし	エネルギー 361 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 8.9 g 糖質 64.6 g 炭水化物 1.4 g
22	木	ロールパン ハンバーグ アスパラガスのスープ煮 ミルファンティ フルーツミルク寒天	ハンバーグ ベーコン 卵・粉チーズ 牛乳	玉ねぎ グリーンアスパラガス キャベツ・人参・ドライパセリ 寒天・パイナップル(缶詰)	ロールパン 油 じゃが芋 砂糖	ハヤシライス トマトクチャップ・ブイヨン・塩 チキンコンソメ 塩・ブイヨン	エネルギー 381 kcal たんぱく質 14.1 g 脂質 16.6 g 糖質 42.8 g 炭水化物 2.3 g
23	金	ごはん ひき肉のカレー 大根サラダ フルーツ(オレンジ)	豚ひき肉 大根 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・こんにゃく 大根・小松菜 オレンジ	米(国産)・じゃが芋・油 砂糖	トマトクチャップ・カレー味の 青じそドレッシング	エネルギー 410 kcal たんぱく質 9.5 g 脂質 10.0 g 糖質 72.7 g 炭水化物 1.8 g
26	月	ごはん 豚肉と野菜のクチャップ炒め 切干大根の煮物 みそ汁	豚肉 白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン 切干大根・人参・いんげん かぼちゃ・小松菜・しめじ	米(国産) 油・砂糖 糸こんにゃく(黒)・油・砂糖	トマトクチャップ・醤油・みりん・酒 だし・醤油・酒	エネルギー 338 kcal たんぱく質 11.3 g 脂質 7.1 g 糖質 59.4 g 炭水化物 2.8 g
27	火	牛あじとじ丼 わかめ和えもの 味噌汁	牛肉・油揚げ・卵 豆腐・白みそ	玉ねぎ・人参 ワカメ・チンゲン菜・きゅうり なす	米(国産)・砂糖・でん粉 玉ねぎドレッシング	酒・醤油・みりん・だし	エネルギー 469 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 16.6 g 糖質 64.6 g 炭水化物 2.5 g
28	水	ロールパン コロック ブロッコリーサラダ 具だくさんスープ フルーツヨーグルト	ツナフレーク ウインナー ヨーグルト	ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ・小松菜 マツゴ(缶詰)	ロールパン 牛肉コロック・油 フレッシュドレッシング マカロニ 砂糖	ブイヨン・塩	エネルギー 419 kcal たんぱく質 10.6 g 脂質 12.6 g 糖質 42.8 g 炭水化物 1.7 g
29	木	豚肉と大根のうどん サバのソース煮 ちやし炒め フルーツ(バナナ)	豚肉・油揚げ さば 焼豚	大根・人参・生しいたけ・小松菜 しょうが 太もやし・玉ねぎ・ニラ バナナ	うどん 砂糖 油	だし・醤油・みりん・塩 ウスターソース・醤油・ブイヨン 醤油・塩・中華だし・ブイヨン	エネルギー 393 kcal たんぱく質 18.1 g 脂質 17.0 g 糖質 45.0 g 炭水化物 2.8 g
30	金	ハヤシライス ツナサラダ りんごごかん	牛肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しめじ きゅうり・キャベツ・黄パプリカ 寒天	米(国産)・油・じゃが芋・砂糖 砂糖・油 砂糖	※オレシジジュース・オレシジジュース・オレシジジュース・オレシジジュース 酢・醤油 りんごジュース	エネルギー 474 kcal たんぱく質 10.1 g 脂質 13.0 g 糖質 81.4 g 炭水化物 2.0 g

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。

※原産地一覧表は、ホームページに掲載しております。

原産地一覧表

2025年5月1日(木) ~ 2025年5月31日(土)

生鮮野菜・果物	主産地	補助産地	冷凍野菜	主産地	補助産地
人参(国産)	徳島	長崎・鹿児島・愛知	冷凍タイ産インゲン	タイ	—
大根	北海道	青森・長崎・徳島・千葉・鹿児島	冷凍小松菜	九州	—
キャベツ	愛知	茨城・兵庫	冷凍グリーンピース	ニュージーランド	—
白菜	茨城	愛知・兵庫・三重	冷凍スイートコーン	ハンガリー	—
青葱	高知	静岡・香川・大分・愛知・福岡	ナチュラルカットポテト	オランダ	—
ニラ	高知	—	冷凍ほうれん草	スペイン	—
しろな	大阪	兵庫	冷凍里芋	青森	—
胡瓜	佐賀	福島・鹿児島・高知・徳島・宮崎 愛知・大分	冷凍ブロッコリー	エクアドル	—
トマト	石川	愛知	冷凍アスパラ	チリ	—
ピーマン	高知	大分・宮崎・鹿児島	肉類・魚類	産地	
南瓜	メキシコ	ニュージーランド	牛肉	オーストラリア・ニュージーランド・日本	
茄子	福岡	徳島・高知・岡山	豚肉	日本・カナダ・アメリカ・メキシコ・スペイン	
チェリートマト	熊本	愛知・大分・長崎	鶏肉	日本	
三つ葉	愛知	大阪・三重	合挽ミンチ(牛豚)	日本・オーストラリア・カナダ	
さつま芋	茨城	鹿児島・徳島・石川	サバ	ノルウェー・アイスランド	
レンコン	徳島	岡山・茨城・石川・福岡	たら	アメリカ・ロシア	
長芋	北海道	青森	鮭	日本・アメリカ・ロシア・チリ	
じゃがいも	北海道	静岡	ホキ	ニュージーランド・アルゼンチン	
玉葱	北海道	長崎・静岡			
セロリ	アメリカ	静岡・福岡			
生しいたけ	徳島	愛知・岐阜			
エリンギ	新潟	長野			
えのき	長野	石川			
しめじ	新潟	長野			
まいたけ	新潟	静岡			
パプリカ(赤)	韓国	ニュージーランド			
パプリカ(黄)	韓国	ニュージーランド			
チンゲン菜(生)	長野	静岡・福岡・徳島・石川			
オレンジ	アメリカ	オーストラリア			
りんご	長野	青森			
バナナ	フィリピン	ベトナム			

一富士フードサービス株式会社

TEL 06-6452-2201

【 関西B3 】

●加工食品以外の主な取り扱い商品の原産地を記載しています。

●商品入荷などの都合により、表示内容と異なる場合がございます。