

2025年

5月メニューカレンダー



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

今月の栄養メモ

～ビタミンを摂ろう～

ビタミンは、私たちの活動や健康維持をしてくれる大切な物質です。タンパク質などの栄養素をスムーズに働かせる手助けや体の機能を調整する重要な役割を果たします。ビタミンはわずかな量しか体内で作れないため食べ物からこまめに摂ることが大切です。特に子供の成長期に必要なのがビタミンDとビタミンB群です。

ビタミンDはきのこと類や魚類（イワシ、鮭、カツオ、サンマ）などから、ビタミンB群は豚肉や牛乳、納豆から摂ることができます。

1

とんかつ

やさしいため
サラダ
デザート
しるごはん



エネルギー:422kcal／たんぱく質:11.6g

2

おいおいメニュー

かぶとがた
ハンバーグ
スパンテー
あえもの
デザート
わかめごはん



エネルギー:448kcal／たんぱく質:11.8g

5

こどもの日



6

振替休日



7

やさいたっぷりカレー

マカロニトマト
デザート
しるごはん



エネルギー:429kcal／たんぱく質:10.2g

8

ほいこーろー

しゅうまい
ナムル
デザート
しるごはん



エネルギー:418kcal／たんぱく質:10.6g

9

おさかな

にもの
やかかぼちゃ
デザート
ごましおごはん



エネルギー:417kcal／たんぱく質:10.2g

12

ほしのコロッケ

にくだんご
にびたし
デザート
ふりかけごはん



エネルギー:410kcal／たんぱく質:10.8g

13

つくね

こんさいに
サラダ
デザート
おかかごはん



エネルギー:398kcal／たんぱく質:10.1g

14

チャプチェ

はるまき
にんじんしりしり
デザート
しるごはん



エネルギー:392kcal／たんぱく質:12.0g

15

パンのメニュー

ミートソース
サラダ
からあげ
デザート
ロールパン
にゅうさんいんりょう



エネルギー:439kcal／たんぱく質:12.2g

16

しょうがやき

コロッケ
あえもの
デザート
しるごはん



エネルギー:422kcal／たんぱく質:10.9g

19

すきやきふう

コーンつまみあげ
きんぴら
デザート
のりごはん



エネルギー:418kcal／たんぱく質:11.1g

20

カツカレー

とんかつ
あえもの
デザート
しるごはん



エネルギー:429kcal／たんぱく質:10.2g

21

チンジャオロース

ぎょうざ
はるさめサラダ
デザート
しるごはん



エネルギー:406kcal／たんぱく質:10.6g

22

ポークビーンズ

チキンウインナー
コーン
デザート
ふりかけごはん



エネルギー:415kcal／たんぱく質:10.4g

23

マーボードウフ

チキンフィレ
あえもの
デザート
しるごはん



エネルギー:422kcal／たんぱく質:11.6g

26

てづくりメンチカツ

スパンテー
にびたし
デザート
しるごはん



エネルギー:422kcal／たんぱく質:10.3g

27

チキンソテー

やさいソテー
ひじきに
デザート
しるごはん



エネルギー:406kcal／たんぱく質:10.4g

28

にくじゃが

おさかな
あえもの
デザート
ごましおごはん



エネルギー:415kcal／たんぱく質:13.5g

29

てりやきハンバーグ

スパンテー
サラダ
デザート
ふりかけごはん



エネルギー:420kcal／たんぱく質:11.0g

30

ポークカレー

コロッケ
サラダ
デザート
しるごはん



エネルギー:436kcal／たんぱく質:11.6g

毎日変わる”美味しい”の笑顔

宅配弁当

味いち

おかげ様で創業48年



TEL 048-486-1147/FAX 048-486-1148
〒353-0005 埼玉県志木市幸町4-11-1
お問い合わせ 日曜・祝日を除く
9～17時

味いちホームページ www.e-aji.co.jp
毎日更新！お弁当ブログ
当日のお弁当写真を公開しています。
管理栄養士／鈴木 みお

♪お願い♪

迷子のスプーン・フォークが増えております。お名前、幼稚園名をお書きいただくと大変助かります m(_)_m

※仕入れ状況により食材を変更する場合があります。
なるべく涼しい場所に保管していただき、13時ごろまでにお召し上がりください。

日本で初めて
幼稚園給食に採用
(2022年6月時点、(株)味いち調べ)

味いち

幼稚園給食 ライス
シールド乳酸菌®配合
(1食あたり100億個)

健康力をサポート

幼稚園給食のライスに
「シールド乳酸菌®」を配合いたします。

「シールド乳酸菌®」とは？

- ①「健康力をサポートする」乳酸菌です。
- ②無味無臭です。
- ③アレルゲンフリー（28品目）なので安心して摂取することができます。乳酸菌には乳成分は含まれておりません。
- ④森永乳業株式会社が保有する数千株の中から発見しました。
- ⑤人のお腹にも生息する *Lactocaseibacillus paracasei* です。
- ⑥一日の接種目安量は100億個です。



「シールド乳酸菌®」はみなさまの健康を盾(シールド)のように
守ることをイメージして名づけられました。

※シールド乳酸菌は森永乳業株式会社の登録商標です