



# 令和8年5月献立表



## 浜大津保育園

日(曜日)	午前間食(年少)	昼食	午後間食	食品名		
				からだをつくる【あか】	カや体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】
1	金	牛乳 チーズ 三色丼 じゃがいもとピーマンのきんぴら 豚汁	牛乳 イチゴジャムサンド 昆布	鶏卵 鶏ひき肉 削り節 焼き竹輪 ふたばら 淡色辛みそ プロセスチーズ	精白米 三温糖 片栗粉 じゃがいも いりごま ごま油 調合油 生いも板こんにやく さといも 食パン	さやえんどう にんじん 青ピーマン はくさい ごぼう 生しいたけ だいこん 青ねぎ まこんぶ いちごジャム
2	土	お茶 せんべい 焼きそば スープ(もやし、玉葱、ニラ、卵)	お茶 せんべい ゼリー	かつお節 ふたばら 鶏卵	中華めん	キャベツ にんじん 青ピーマン あおのり りよくとうもやし たまねぎ いら
7	木	牛乳 ビスケット わかめごはん 鶏の塩こうじ焼き 青菜のジャコ和え みそ汁(もずく、大根、水菜、玉葱)	牛乳 柏餅	若鶏もも皮なし しらす干し かつお節 淡色辛みそ 削り節 こしあん	精白米 いりごま 三温糖 上新粉	こまつな えのきたけ にんじん ほうれんそう おきなわもずく だいこん たまねぎ みずな まこんぶ わかめ
8	金	牛乳 トマト ごはん 鮭とじゃがいものチーズ焼き ごま汁 オレンジ	牛乳 豆ごはんおにぎり 昆布	さけ プロセスチーズ 削り節 若鶏もも皮なし	精白米 じゃがいも マヨネーズ さといも いりごま 片栗粉	たまねぎ パセリ にんじん ごぼう 生しいたけ 青ねぎ まこんぶ はくさい オレンジ トマト うすいえんどう
11	月	牛乳 せんべい 麦ごはん そばろと二の卵焼き ブロッコリーのツナサラダ みそ汁(なす、玉葱、白菜、豆苗)	牛乳 シュガークッキー	鶏卵 鶏ひき肉 まぐろ水煮缶詰 淡色辛みそ 削り節 無塩バター	精白米 おおむぎ 三温糖 マヨネーズ いりごま 薄力粉 調合油	いら にんじん 生しいたけ こまつな ブロッコリー きゅうり コーン缶詰粒 キャベツ なす はくさい トウモロコシ たまねぎ まこんぶ
12	火	牛乳 粉ふき芋 ゆかりごはん サバの竜田揚げ 春雨の酢の物 けんちん汁	牛乳 キャロットケーキ&ホイップ	さば さわら かにかまぼこ 鶏卵 削り節 若鶏もも皮なし 絹ごし豆腐 生クリーム	精白米 調合油 片栗粉 三温糖 はるさめ さといも 生いも板こんにやく じゃがいも 薄力粉	しょうが にんじん きゅうり キャベツ 乾わかめ ごぼう 生しいたけ 青ねぎ はくさい だいこん まこんぶ ゆかり
13	水	牛乳 胡瓜スティック チキンカレーライス マカロニサラダ りんご	牛乳 フルーツヨーグルト(みかん)	若鶏もも皮なし まぐろ油漬缶詰 鶏卵 ヨーグルト	じゃがいも 調合油 精白米 マカロニ・スパゲティ マヨネーズ コーンフレーク	たまねぎ にんじん ほうれんそう なす ぶなしめじ きゅうり キャベツ りんご 昆布 みかん缶
14	木	牛乳 りんご ごはん 豆腐ハンバーグ 付け合わせ(トマト、ブロッコリー) みそ汁(玉葱、なす、えのき、わかめ)	牛乳 レモントースト	ぶたひき肉 牛ひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 ダイストマト 淡色辛みそ 削り節 無塩バター 普通牛乳	精白米 パン粉 三温糖 マヨネーズ じゃがいも 食パン	たまねぎ 生しいたけ にんじん 乾ひじき ぶなしめじ トマト ブロッコリー なす 乾わかめ まこんぶ りんご レモン汁
15	金	牛乳 せんべい 家庭弁当の日	牛乳 せんべい			
16	土	お茶 せんべい 玉子丼 みそ汁(豆腐、なす、ねぎ、白菜)	お茶 せんべい	鶏卵 絹ごし豆腐 削り節 薄揚げ 淡色辛みそ	精白米	にんじん たまねぎ ぶなしめじ 長ねぎ ながこんぶ 青ねぎ はくさい なす まこんぶ
18	月	牛乳 ウエハース ごはん 鮭の味噌焼き 五目豆 青菜と揚げのにゅうめん	牛乳 チーズ蒸しパン 小魚	さわら 淡色辛みそ 大豆 削り節 焼き竹輪 薄揚げ 蒸しかまぼこ プロセスチーズ 豆乳 小魚	精白米 三温糖 生いも板こんにやく さといも 手延そうめん ホットケーキミックス 調合油	しょうが にんじん 生しいたけ だいこん さやいんげん まこんぶ ごぼう ほうれんそう
19	火	牛乳 蒸しブロッコリー 麦ごはん ナスと厚揚げのみぞれ煮 春雨のマヨネーズ和え みそ汁(小松菜、玉葱、もやし、えのき)	牛乳 フライドごぼう&ポテト	絹揚げ ぶたかたロス(赤肉) まぐろ油漬缶詰 淡色辛みそ 削り節	精白米 おおむぎ 三温糖 はるさめ ごま油 マヨネーズ 片栗粉 じゃがいも 調合油	なす にんじん だいこん 青ピーマン きゅうり 冷凍コーン キャベツ こまつな たまねぎ りよくとうもやし えのきたけ まこんぶ ブロッコリー ごぼう
20	水	牛乳 蒸しサツマイモ ごはん 鶏の唐揚げ 小松菜と蓮根の納豆和え みそ汁(豆腐、もずく、白菜、豆苗)	牛乳 大豆入りお好み焼き	若鶏もも皮なし 納豆 かつお節 淡色辛みそ 絹ごし豆腐 削り節 茹で大豆 豚バラ肉	精白米 片栗粉 調合油 三温糖 いりごま さつまいも じゃがいも 薄力粉 マヨネーズ 長いも	しょうが にんにく こまつな れんこん にんじん きゅうり おきなわもずく はくさい トウモロコシ まこんぶ きゃべつ 青ねぎ 青のり

日(曜日)	午前間食(年少)	昼食	午後間食	食品名		
				からだをつくる【あか】	カヤ体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】
21	木	牛乳 りんご ごはん サクとキノコのチーズオムレツ 蓮根とひじきのサラダ スープ(ウインナー、白菜、人参、玉葱) オレンジ	牛乳 あんぱん	さけ プロセスチーズ 鶏卵 普通牛乳 大豆水煮缶詰 ウインナーソーセージ 無塩バター こしあん	精白米 マヨネーズ 調合油 三温糖 いりごま ごま油 強力粉	ぶなしめじ えのきたけ たまねぎ トマトケチャップ にんじん 生しいたけ れんこん こまつな 乾ひじき きゅうり はくさい オレンジ りんご
22	金	牛乳 粉ふき芋 焼肉丼 おから煮 かきたま汁	牛乳 アップルパイ	ぶたばら 赤色辛みそ 削り節 さつま揚げ おから 絹ごし豆腐 若鶏もも皮なし 鶏卵	三温糖 いりごま ごま油 精白米 調合油 板こんにやく パイ皮 じゃがいも	たまねぎ にんじん しょうが 青ピーマン りんご にんにく キャベツ 生しいたけ 青ねぎ ごぼう ゆでたけのこ トウモロコシ まこんぶ きくらげ りんご レモン汁
23	土	お茶 せんべい オムライス スープ(じゃが芋、青梗菜、玉葱)	お茶 せんべい	鶏卵 若鶏もも	精白米 じゃがいも	にんじん たまねぎ トマトケチャップ 青ピーマン チンゲンサイ
25	月	牛乳 チーズ じゃこチャーハン ポテトサラダ 中華スープ(青梗菜、人参、白葱、春雨) りんご	牛乳 いちごジャムのスコーン	しらす干し 鶏卵 まぐろ油漬缶詰 プロセスチーズ 無塩バター 生クリーム 普通牛乳	精白米 じゃがいも マヨネーズ ごま油 緑豆はるさめ 片栗粉 薄力粉 三温糖	たまねぎ にんじん 青ねぎ きゅうり 冷凍コーン チンゲンサイ 長ねぎ りんご いちごジャム
26	火	牛乳 トマト ごはん 鶏のタルタル焼き キャベツとちくわのごまあえ スープ(コーン、玉葱、白菜、大根)	牛乳 さつまいもとごまのパンケーキ 昆布	若鶏もも皮なし 鶏卵 焼き竹輪 絹ごし豆腐 無塩バター 普通牛乳	精白米 三温糖 マヨネーズ いりごま ホットケーキミックス さつまいも	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ 水戻しわかめ 冷凍コーン はくさい だいこん 昆布 トマト
27	水	牛乳 ビスケット ごはん 八宝菜 豆腐サラダ 中華スープ(卵、玉葱、春雨、にら)	牛乳 じゃがチーズ餅 小魚	ぶたばら しばえび 絹ごし豆腐 かにかまぼこ 鶏卵 小魚 プロセスチーズ	精白米 調合油 片栗粉 三温糖 ごま油 いりごま じゃがいも 緑豆はるさめ	はくさい 生しいたけ 青ピーマン にんじん たまねぎ ゆでたけのこ きゅうり にら
28	木	牛乳 胡瓜スティック ロールパン 茄子と豆腐のミートグラタン ブロッコリーのゴマサラダ スープ(ベーコン、じゃが芋、玉葱、人参)	牛乳 こぎつねごはんおにぎり するめ	普通牛乳 絹ごし豆腐 プロセスチーズ ぶたひき肉 牛ひき肉 かつお節 ベーコン 薄揚げ するめ 鶏ひき肉 無塩バター	三温糖 強力粉 薄力粉 調合油 いりごま ねりごま ごま油 じゃがいも 精白米	たまねぎ にんじん なす ぶなしめじ ホールトマト にんにく トマトケチャップ ブロッコリー きゅうり
29	金	牛乳 オレンジ 麦ごはん サワラの野菜あんかけ 南瓜のそぼろ煮 みそ汁(キャベツ、なす、玉葱、わかめ)	牛乳 ヨーグルトドーナツ	さわら 鶏ひき肉 削り節 淡色辛みそ かつお節 ヨーグルト 絹ごし豆腐 普通牛乳	精白米 おおむぎ 三温糖 片栗粉 ホットケーキミックス 調合油	にんじん たまねぎ 生しいたけ 青ピーマン くりかぼちゃ キャベツ 乾わかめ なす まこんぶ オレンジ
30	土	お茶 せんべい きつねうどん りんご	お茶 せんべい	薄揚げ 蒸しかまぼこ 削り節	うどん	青ねぎ まこんぶ ぶなしめじ りんご

※都合により献立が変更になることがあります。

(一日平均栄養価)

※土曜日を抜いた平日の平均です。

栄養価	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
1・2歳児目標値	478	12～	10.7～	～1.5
1・2歳	487	20.7	17.8	1.3
3歳以上児目標値	582	14.6～	12.9～	～1.6
3歳以上児	529	22.2	18.1	1.5

～～～お楽しみ～～～

7日(木)

柏餅屋さん

～～～お手伝い～～～

7日(木)

ぶどう組

8日(金)

りんご組

19日(火)

みかん組

おにぎり作り

うすいえんどうの皮むき

もやしちぎり



～～～めろんクッキング～～～

1日(金)

ジャムサンド作り



