

令和8年 5月分 献立表

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	未満児 0.1.2	以上児 3.4.5
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1 金	【子どもの日ランチ】 兜ごはん キャベツスープ フレンチサラダ 果物(ジュース)	精白米/強化米(サブ リ米) / パン粉(乾燥) /三温糖/サラダ油/ パイシート/いちご ジャム	牛乳/豚ひき肉/スキ ムミルク/カニカマ スティック 10本/ペ ン(無添加) / クリ ムチーズ	むきえだまめ(冷凍) /玉葱/にんじん/キ ャベツ/きゅうり/ジ ューフルーツ	牛乳 ★鯉のぼりパイ	エネルギー 526 kcal	555 kcal	
		たんぱく質 20.6 g	脂 質 24.9 g	食塩相当量 1.6 g	21.7 g	25.5 g	1.6 g	
2 土	トマト豆乳スバ チキンスープ じゃこサラダ 果物(バナナ)	スパゲッティ/サラダ 油/とうもろこし缶詰 (ホム) / 精白米	牛乳/★調製豆乳/ ペ-コン(無添加) / 鶏 小間/ちりめんじゃこ /手もみ造り本かつお 節	玉葱/にんじん/こま つな/きゅうり/ブ ロccoli/キャベツ /バナナ	麦茶 ★おなかおにぎり	エネルギー 457 kcal	519 kcal	
		たんぱく質 16.2 g	脂 質 13.7 g	食塩相当量 1.5 g	16.8 g	13.7 g	1.8 g	
7 木	ごはん 味噌汁(豆腐) あんかけ玉子焼き 鶏ささみの梅肉サラダ ミルクプリン	精白米/強化米(サブ リ米) / 三温糖/かた くり粉/ポテト/サラ ダ油	牛乳/絹ごし豆腐/湯 通し塩蔵わかめ(塩 抜き) / だしパック無 添加 / ★たまご/豚 小間/鶏若鶏肉ささ 身/手もみ造り本かつ お節/白いミルクプリ ン(乳)	玉葱/にんじん/キャ ベツ/きゅうり/紀州 梅 B	牛乳 フライドポテト	エネルギー 495 kcal	539 kcal	
		たんぱく質 21.7 g	脂 質 19.1 g	食塩相当量 1.6 g	23.5 g	19.5 g	1.8 g	
8 金	ごはん 中華風かき玉ス ブルコギ風 チョレギ風サラダ 果物(バナナ)	精白米/強化米(サブ リ米) / かたくり粉/ ごま油/三温糖/三温 糖/ごま(乾)	牛乳/鶏小間/★たま ご/豚小間/ハム(無 添加) / 韓国/り/ブ ルガリアヨーグルト	トマト缶詰(ダイス) /こまつな/長ねぎ/ おろしにんにく (チューブ/玉葱/に んじん/にら/しょう が/キャベツ/きゅう り/バナナ/バナナ/ フルーツカクテル缶)	麦茶 ★フルーツヨーグルト	エネルギー 450 kcal	519 kcal	
		たんぱく質 20.0 g	脂 質 14.2 g	食塩相当量 1.6 g	22.0 g	14.2 g	1.9 g	
9 土	ツナピラフ トマトスープ ハムサラダ 果物(オレンジ)	精白米/強化米(サブ リ米) / 三温糖/かた くり粉/ポテト/サラ ダ油	牛乳/まぐろ缶詰(油 漬/レタ) / ペ-コン (無添加) / ハム(無 添加) / スキムミル ク	玉葱/トマト缶詰(ダ イス) / キャベツ/ きゅうり/ブロッ コリー/にんじん/パ レンシアオレンジ	牛乳 ★さつま芋蒸しパン	エネルギー 461 kcal	514 kcal	
		たんぱく質 15.6 g	脂 質 17.3 g	食塩相当量 1.4 g	16.7 g	18.1 g	1.7 g	
11 月	他人丼 味噌汁(あおさ) 小松菜の煮びたし 果物(オレンジ)	精白米/胚芽米/三温 糖/無塩バター/三温 糖/ホットケーキミ ックス(昭和)	牛乳/豚小間/★たま ご/ひとえぐさ(素干 し) / だしパック無 添加 / 油揚げ/ちり めんじゃこ/スキム ミルク	玉葱/根みつば/こま つな/にんじん/パ レンシアオレンジ	牛乳 ★マーブルケーキ	エネルギー 484 kcal	539 kcal	
		たんぱく質 20.7 g	脂 質 18.5 g	食塩相当量 1.5 g	22.3 g	19.9 g	1.8 g	
12 火	サモンクリームパ ン 野菜のごまスープ シュフレサラダ 果物(バナナ)	スパゲッティ/とうも ろこし缶詰(ホム) / とうもろこし(ホム) /薄力粉/有塩バ ター/サラダ油/白 すり胡麻/ごま油/ 三温糖/精白米/ 三温糖/白ごま(い り)	牛乳/生鮭/スキム ミルク/鶏小間/ハ ム(無添加) / 油揚 げ	玉葱/こまつな/にん じん/きゅうり/キ ャベツ/バナナ	麦茶 ★いなりにぎり	エネルギー 475 kcal	544 kcal	
		たんぱく質 19.4 g	脂 質 14.1 g	食塩相当量 1.4 g	20.9 g	14.2 g	1.5 g	
13 水	麦ごはん 味噌汁(じゃが芋) 名古屋チキン 青菜とコーンの和え物 果物(バナナ)	精白米/押し麦/じゃ がいも/薄力粉/三温 糖/ごま(いり) / と うもろこし缶詰(ホ ム) / インスタントマ カロニ	牛乳/湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き) / だし パック無添加 / 鶏若 鶏肉モモ(皮付き) / 焼き竹輪/ウィンナ ー(無添加)	おろしにんにく (チューブ/ほうれん そう/こまつな/玉 葱/にんじん/バナ ナ)	牛乳 ★マカロニケチャップ	エネルギー 426 kcal	529 kcal	
		たんぱく質 18.0 g	脂 質 15.6 g	食塩相当量 1.4 g	22.9 g	19.0 g	1.7 g	
14 木	ごはん 豚汁 鯖のみそ煮 ブロッコリーのおか か和え 果物(オレンジ)	精白米/強化米(サブ リ米) / さといも/糸 こんにゃく/三温糖/ フランスパン/無塩 バター/グラニュー 糖	牛乳/豚小間/だし パック無添加 / ま さば/ちりめんじゃ こ/手もみ造り本 かつお節	にんじん/だいこん/ はくさい/ねぎ/こ ぼろ/しょうが/ブ ロccoli/パレンシ アオレンジ	牛乳 ★ラスク	エネルギー 453 kcal	538 kcal	
		たんぱく質 21.2 g	脂 質 16.9 g	食塩相当量 1.5 g	26.9 g	20.8 g	1.8 g	
15 金	ごはん 春雨スープ マーボー豆腐 ひじきサラダ 果物(ジュース)	精白米/強化米(サブ リ米) / 緑豆はるさ め(ホム) / とうもろ こし缶詰(ホム) / 三温糖/かたくり粉/ 三温糖/黒糖蒸し パンmix	牛乳/湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き) / 日 高昆布 / しほり豆 腐/豚ひき肉/干 ひじき(アフリカ 産、乾) / しらす干 し/スキムミルク	玉葱/生しいたけ(菌 床栽培、生) / 葉 ねぎ / にら/しょう が/おろしにんにく (チューブ/にんじん/ きゅうり/ジュース フルーツ/西洋 かぼちゃ)	牛乳 ★黒糖蒸しパン	エネルギー 448 kcal	505 kcal	
		たんぱく質 18.2 g	脂 質 15.6 g	食塩相当量 1.7 g	19.4 g	16.3 g	1.9 g	
16 土	スパゲッティナポリ タン コーンとひき肉のス ープ ブロッコリーサラ ダゼリー	スパゲッティ/サラ ダ油/とうもろこし 缶詰(ホム) / とう もろこし缶詰(ホ ム) / オレンジ ゼリー/精白米	牛乳/ウィンナー(無 添加) / 鶏若鶏肉ひ き肉/まぐろ缶詰 (油漬/レタ) / 生 鮭/ちりめんじゃ こ	にんじん/青ピー マン/玉葱/ブロッ コリー/きゅうり/ キャベツ	麦茶 ★鮭おにぎり	エネルギー 481 kcal	530 kcal	
		たんぱく質 18.7 g	脂 質 14.7 g	食塩相当量 1.6 g	20.4 g	15.0 g	1.7 g	
18 月	カレーライス 若布と玉葱スープ ツナサラダ ヨーグルト	精白米/胚芽米/じゃ がいも/サラダ油/ 三温糖/食パン ⑧/ 無塩バター/グラ ニュー糖	牛乳/豚小間/湯通 し塩蔵わかめ(塩 抜き) / ツナフレ クレトルト / 十勝 ヨーグルト	玉葱/にんじん/ね ぎ/きゅうり/キャ ベツ	牛乳 ★シュガートースト	エネルギー 469 kcal	536 kcal	
		たんぱく質 19.3 g	脂 質 16.0 g	食塩相当量 1.6 g	20.8 g	16.9 g	1.9 g	

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	未満児 0.1.2	以上児 3.4.5
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
19 火	コッペパン オニオンスープ ポークビーンズ フレンチサラダ 果物(ジュース)	コッペパン(大) / い ちごジャム/無塩 バター/じゃがいも/ 三温糖/サラダ油/ 薄力粉	牛乳/豚小間/大豆 (国産、ゆで) / ハ ム(無添加) / スキ ムミルク/あずき(乾) /り	玉葱/にんじん/ト マト缶詰(ダイス) /マトビューレ/き ゅうり/キャベツ/ ジュース	麦茶 ★おやき	エネルギー 446 kcal	510 kcal	
		たんぱく質 17.6 g	脂 質 12.1 g	食塩相当量 1.7 g	19.4 g	12.1 g	2.1 g	
20 水	ごはん 味噌汁(もやし) チーズはんぺんフ ライ ごまマヨ和え 果物(バナナ)	精白米/強化米(サブ リ米) / 薄力粉/パ ン粉(乾燥) / サラ ダ油 / 三温糖/ご ま(いり) / お好 み焼き粉	牛乳/湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き) / 削 り節(マルモト) / ★ はんぺん/ちりめん じゃこ/スキムミ ルク/★たまご/豚 ひき肉/さくらえび (素干し) / あおの り/手もみ造り本 かつお節	りよくとうもろし /玉葱/キャベツ/ きゅうり/にんじん/ ブロッコリー/パ ナナ/長ねぎ	牛乳 ★お好み焼き	エネルギー 493 kcal	556 kcal	
		たんぱく質 16.2 g	脂 質 13.7 g	食塩相当量 1.3 g	16.8 g	17.2 g	1.8 g	
21 木	磯うどん 五目つくね きゅうりの華風和 え 果物(オレンジ)	うどん(ゆで・玉) / 三温糖/かたくり粉/ 無塩バター/グラ ニュー糖/ホットケ ーキmix(昭和)	牛乳/だしパック無 添加 / 豚小間/湯 通し塩蔵わかめ(塩 抜き) / 鶏若鶏肉 ひき肉/干しレ モン(果汁、生) / レモン	にんじん/玉葱/え だまめ/たけのこ (ゆで) / しょうが/ パレンシアオレ ンジ/きゅうり /レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 475 kcal	538 kcal	
		たんぱく質 21.7 g	脂 質 19.1 g	食塩相当量 1.6 g	23.5 g	20.6 g	2.1 g	
22 金	ごはん 味噌汁(なめこ) 鶏唐揚げ ブロッコリーのお かか和え 果物(バナナ)	精白米/強化米(サブ リ米) / かたくり粉/ サラダ油/食パン ⑧ /とうもろこし缶 詰(ホム)	牛乳/絹ごし豆腐/ だしパック無添加 / 鶏若鶏肉モモ(皮 付き) / 手もみ造 り本かつお節/ペ -コン(無添加) / スライスチーズ	なめこ/ブロッコ リー/にんじん/パ ナナ/玉葱/青 ピーマン	牛乳 ★ビザトースト	エネルギー 448 kcal	539 kcal	
		たんぱく質 20.0 g	脂 質 14.2 g	食塩相当量 1.6 g	22.0 g	18.2 g	1.9 g	
23 土	中華丼 中華野菜スープ もやしのナムル プリン	精白米/ごま油/か たくり粉/ごま(い り) / 三温糖/★三 連プリン(乳・卵) / じゃがいも	牛乳/豚小間/ロー ルいか/カニカマ 卵なし	はくさい/にんじん/ たけのこ(ゆで) / 生しいたけ(菌床 栽培、生) / キ ャベツ/玉葱/ブ ロccoli/ほうれん そう/きゅうり	牛乳 ゆでじゃがいも	エネルギー 461 kcal	548 kcal	
		たんぱく質 15.6 g	脂 質 17.3 g	食塩相当量 1.4 g	16.7 g	20.6 g	1.5 g	
25 月	ごはん 味噌汁(舞茸) チキン南蛮 ポテトサラダ ごま味噌和え 果物(ジュース)	精白米/強化米(サブ リ米) / かたくり粉/ サラダ油/三温糖/ 白すり胡麻/三温糖/ ホットケーキミ ックス(森永) / ヨ ーグルト/スキム ミルク/★たまご/ フルーツ	牛乳/湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き) / だ しパック無添加 / 鶏 若鶏肉モモ(皮付 き) / ★たまご/ のむのむ ヨー グルト/スキムミ ルク/★たまご/ フルーツ	まいたけ/玉葱/キ ャベツ/ほうれん そう/にんじん/ バナナ/もやし/ ジュース/フ ルーツ/オレンジ	飲むヨーグルト ★バースデー ホットケーキ	エネルギー 462 kcal	548 kcal	
		たんぱく質 20.7 g	脂 質 18.5 g	食塩相当量 1.5 g	22.3 g	19.8 g	1.7 g	
26 火	ごはん 味噌汁(厚揚げ) 焼き 肉じゃが 果物(オレンジ)	精白米/強化米(サブ リ米) / じゃがいも/ 三温糖/ごま(い り) / 三温糖/三 連プリン	牛乳/生揚げ/だし パック無添加 / 生 しいたけ/豚小間/ 豚ひき肉	こまつな/玉葱/ にんじん/パレン シアオレンジ	牛乳 ★ミートパイ	エネルギー 481 kcal	569 kcal	
		たんぱく質 19.4 g	脂 質 14.1 g	食塩相当量 1.4 g	20.9 g	23.1 g	1.8 g	
27 水	ごはん 味噌汁(キャベツ) 鶏の照焼き ポテトサラダ 果物(バナナ)	精白米/強化米(サブ リ米) / じゃがいも/ ホットケーキミ ックス(森永) / サ ラダ油	牛乳/油揚げ/だし パック無添加 / 日 高昆布/豚ひき肉/ 鶏若鶏肉モモ(皮 付き) / ハム(無 添加) / 乳酸菌 飲料(カルピス) / 魚肉ソーセージ/ スキムミルク	キャベツ/玉葱/き ゅうり/にんじん/ バナナ	カルピス ★アメリカンド ック風	エネルギー 470 kcal	527 kcal	
		たんぱく質 18.0 g	脂 質 15.6 g	食塩相当量 1.4 g	22.9 g	18.8 g	1.9 g	
28 木	ごはん きのこスープ 豆腐の中華煮 ごまマヨ和え 果物(オレンジ)	精白米/強化米(サブ リ米) / ごま油/か たくり粉/三温糖/ ごま(いり) / 薄 力粉/無塩バター/ グラニュー糖/★ チョコチップ	牛乳/日高昆布/し ほり豆腐/豚小間/ ロールいか/★ たまご	えのきたけ/ほん しめじ/にんじん/ 玉葱/はくさい/ たけのこ(ゆで) / 生しいたけ (菌床栽培、生) / しょうが/おろし にんにく(チュー ブ/キャベツ/ きゅうり/ブ ロccoli)	牛乳 ★ビスコッティ	エネルギー 492 kcal	552 kcal	
		たんぱく質 21.2 g	脂 質 16.9 g	食塩相当量 1.5 g	26.9 g	19.9 g	1.3 g	
29 金	しょうゆラーメン 華シュウマイ ナムル 果物(バナナ)	中華めん(ゆで) / と うもろこし缶詰 (ホム) / 三温糖/ しょうまいの皮/ ごま(いり) / ご ま油/三温糖/コ ッペパン(大) / サ ラダ油	牛乳/焼き豚/だし パック無添加 / 日 高昆布/豚ひき肉/ カニカマ卵なし/ きざみ粉(大豆)	ほうれんそう/玉 葱/しょうが/に んじん/小松菜/ りよくとうもろし /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 472 kcal	535 kcal	
		たんぱく質 18.2 g	脂 質 15.6 g	食塩相当量 1.7 g	19.4 g	15.8 g	2.1 g	
30 土	焼肉丼 味噌汁(小松菜) 大根とかかのサラ ダゼリー	精白米/三温糖/サラ ダ油/ごま油/オレ ンジゼリー/ホット ケーキmix(昭和) / メープルシロップ	牛乳/豚ロース(ス ライス) / 油揚げ/ だしパック無添 加 / カニカマ卵 なし	玉葱/にら/こま つな/だいこん/ にんじん/パ レンシアオレンジ/ ほうれんそう/ま やし/きゅうり	牛乳 ★ホットケーキ	エネルギー 506 kcal	556 kcal	
		たんぱく質 18.7 g	脂 質 14.7 g	食塩相当量 1.6 g	20.4 g	16.6 g	2.0 g	

(★印はアレルギー除去対象食品です)
食材の都合で献立内容を変更する場合があります。
☆は手作りおやつです。
3歳より上のクラスは朝のおやつはありません。

月平均栄養価		未満児	以上児
エネルギー	474 kcal	474 kcal	536 kcal
たんぱく質	19.5 g	19.5 g	21.7 g
脂質	16.9 g	16.9 g	19.7 g
食塩相当量	1.5 g	1.5 g	1.8 g