

5月 献立表 幼児食

2026年 5月

宮ヶ迫保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 金	豆腐の磯部揚げ トマト ほうれん草のミモザ和え バナナ	○牛乳 ◎お茶 ◎ヨーグルト	☆焼き豆腐、☆卵、☆牛乳、☆ヨーグルト	☆あおのり、☆トマト、☆ほうれん草、☆にんじん、☆バナナ	☆小麦粉、☆パン粉、☆サラダ油、☆砂糖	☆塩こしょう、☆トマトケチャップ、☆ウスターソース、☆穀物酢、☆食塩、☆しょうゆ、☆麦茶
2 土	親子煮 さつま芋のレモン煮 パン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆卵、☆鶏もも肉、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆しいたけ、☆レモン、☆バイナップル缶	☆糸こんにゃく、☆砂糖、☆さつまいも	☆しょうゆ、☆本みりん、☆食塩、☆お菓子
7 木	鶏肉の甘辛焼き 磯辺ポテト みそ汁 オレンジ	○牛乳 ◎チーズ ◎お菓子 ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆あおのり、☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆サラダ油、☆ごま、☆砂糖、☆じゃがいも	☆しょうゆ、☆食塩、☆お菓子
8 金	白身魚のごま焼きサクサク 蒸しキャベツ じゃが芋の含め煮 パン缶	○牛乳 ◎オレンジゼリー ◎牛乳	☆白身魚、☆鶏もも肉、☆牛乳	☆キャベツ、☆にんじん、☆さやいんげん、☆バイナップル缶	☆パン粉、☆ごま、☆サラダ油、☆マヨネーズ、☆じゃがいも、☆砂糖	☆ウスターソース、☆しょうゆ、オレンジゼリー
9 土	牛肉と豆腐のみそ炊き 磯辺ポテト パン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆麦みそ、☆ベーコン、☆牛乳	☆葉ねぎ、☆にんじん、☆たまねぎ、☆ビーマン、☆バイナップル缶	☆砂糖、☆かたくり粉、☆じゃがいも、☆サラダ油	☆本みりん、☆しょうゆ、☆鶏がらだし、☆食塩、☆塩こしょう、☆お菓子
11 月	大豆のキーマカレー 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎メロンパン	☆水煮大豆、☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆牛乳	☆しょうが、☆たまねぎ、☆にんじん、☆ピーマン、☆カットトマト缶、☆トマト、☆きゅうり、☆レタス、☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆サラダ油、☆小麦粉、☆バター、☆ごま、☆砂糖	☆カレー粉、☆しょうゆ、☆ウスターソース、☆食塩、☆穀物酢、☆本みりん、☆メロンパン
12 火	エビボール トマト 小松菜のおかか和え オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆ちりめんじゃこ、☆卵、☆むきえび、☆ちくわ、☆かつお節、☆牛乳	☆キャベツ、☆にんじん、☆コーン缶、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆トマト、☆ごまつな、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆サラダ油	☆食塩、☆ウスターソース、☆お好み焼きソース、☆しょうゆ、☆お菓子
13 水	豚のしょうが焼き 粉ふき芋 みそ汁 バナナ	○牛乳 ◎きな粉トースト ◎牛乳	☆豚もも肉、☆木綿豆腐、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳、☆きな粉	☆しょうが、☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆サラダ油、☆砂糖、☆じゃがいも、☆食パン、☆バター	☆しょうゆ、☆料理酒、☆食塩、☆パセリ
14 木	フーヨーハイ キャベツとツナの酢の物 パン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ	☆卵、☆かにかま、☆牛乳、☆ツナ缶、☆スライスチーズ	☆たまねぎ、☆たけのこ、☆にんじん、☆干しいたけ、☆葉ねぎ、☆キャベツ、☆きゅうり、☆バイナップル缶	☆サラダ油、☆砂糖、☆かたくり粉	☆料理酒、☆食塩、☆塩こしょう、☆戻し汁、☆しょうゆ、☆本みりん、☆穀物酢、☆お菓子
15 金	サバのカレー風味焼き 蒸しプロッコリー さつま芋のサラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎きになる野菜 アップル&キャロット	☆さば、☆白身魚、☆牛乳	☆プロッコリー、☆にんじん、☆きゅうり、☆バナナ	☆さつまいも、☆サラダ油、☆砂糖	☆しょうゆ、☆料理酒、☆カレー粉、☆穀物酢、☆食塩、☆塩こしょう、☆お菓子、きになる野菜
16 土	しょうゆラーメン かぼちゃのそぼろ煮 パン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆鶏ひき肉、☆牛乳	☆細もやし、☆キャベツ、☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆葉ねぎ、☆かぼちゃ、☆バイナップル缶	☆中華めん、☆ごま油、☆サラダ油、☆砂糖、☆かたくり粉	☆シヤンタン、☆本みりん、☆食塩、☆しょうゆ、☆お菓子
18 月	焼きそば ポテトサラダ パン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎オレンジゼリー	☆豚ばら肉、☆魚粉、☆卵、☆牛乳	☆キャベツ、☆たまねぎ、☆細もやし、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆きゅうり、☆バイナップル缶	☆焼きそばめん、☆サラダ油、☆じゃがいも、☆砂糖	☆塩こしょう、☆ウスターソース、☆お好み焼きソース、☆穀物酢、☆食塩、オレンジゼリー
19 火	鶏肉の甘辛焼き 磯辺ポテト みそ汁 オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳	☆あおのり、☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆サラダ油、☆ごま、☆砂糖、☆じゃがいも	☆しょうゆ、☆食塩、☆お菓子

20	豆腐の磯部揚げ トマト ほうれん草のミモザ和え バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆焼き豆腐、☆卵、☆牛乳	☆あおのり、☆トマト、☆ほうれん そう、☆にんじん、☆バナナ	☆小麦粉、☆パン粉、☆サラダ油、 ☆砂糖	☆塩こしょう、☆トマトケ チャップ、☆ウスターソース、 ☆穀物酢、☆食塩、☆しょう ゆ、☆お菓子
21	しょうゆラーメン かぼちゃのそぼろ煮 ハイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳 ◎チーズ	☆豚もも肉、☆鶏ひき肉、☆牛乳、 ☆スライスチーズ	☆細もやし、☆キャベツ、☆コーン 缶、☆乾燥わかめ、☆葉ねぎ、☆ かぼちゃ、☆パイナップル缶	☆中華めん、☆ごま油、☆サラダ 油、☆砂糖、☆かたくり粉	☆シャンタン、☆本みりん、 ☆食塩、☆しょうゆ、☆お菓 子
22	白身魚のごま焼きサクサク 蒸しキャベツ じゃが芋の含め煮 ハイン缶	○牛乳 ◎お茶 ◎ヨーグルト	☆白身魚、☆鶏もも肉、☆牛乳、☆ ヨーグルト	☆キャベツ、☆にんじん、☆さやい んげん、☆パイナップル缶	☆パン粉、☆ごま、☆サラダ油、☆ マヨネーズ、☆じゃがいも、☆砂糖	☆ウスターソース、☆しょう ゆ、☆麦茶
23	親子煮 さつま芋のレモン煮 ハイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆卵、☆鶏もも肉、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆しいた げ、☆レモン、☆パイナップル缶	☆糸こんにゃく、☆砂糖、☆さつま いも	☆しょうゆ、☆本みりん、☆ 食塩、☆お菓子
25	大豆のキーマカレー 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎メロンパン	☆水煮大豆、☆牛ひき肉、☆豚ひ き肉、☆牛乳	☆しょうが、☆たまねぎ、☆にんじ ん、☆ピーマン、☆カットトマト缶、 ☆トマト、☆きゅうり、☆レタス、☆ コーン缶、☆乾燥わかめ、☆バナ ナ	☆サラダ油、☆小麦粉、☆有塩バ ター、☆ごま、☆砂糖	☆カレー粉、☆しょうゆ、☆ウ スターソース、☆食塩、☆穀 物酢、☆本みりん、☆メロン パン
26	エビボール トマト 小松菜のおかか和え オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆ちりめんじゃこ、☆卵、☆むきえ び、☆ちくわ、☆かつお節、☆牛乳	☆キャベツ、☆にんじん、☆コーン 缶、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆トマ ト、☆ごまつな、☆ネーブルオレンジ	☆小麦粉、☆サラダ油	☆食塩、☆ウスターソース、 ☆お好み焼きソース、☆しょ うゆ、☆お菓子
27	豚のしょうが焼き 粉ふき芋 みそ汁 バナナ	○牛乳 ◎きな粉トースト ◎牛乳	☆豚もも肉、☆木綿豆腐、☆油揚 げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳、 ☆きな粉	☆しょうが、☆たまねぎ、☆にんじ ん、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆ バナナ	☆サラダ油、☆砂糖、☆じゃがい も、☆食パン、☆バター	☆しょうゆ、☆料理酒、☆食 塩、☆バセリ
28	わかめご飯 白身魚のフライ 和風グリーンサラダ フライドポテト ハイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳 ◎チーズ	☆白身魚、☆卵、☆牛乳、☆スライ スチーズ	☆乾燥わかめ、☆レタス、☆ブロッ コリー、☆きゅうり、☆トマト、☆コー ン缶、☆パイナップル缶	☆うるち米、☆いりごま、☆ごま 油、☆小麦粉、☆パン粉、☆サラダ 油、☆砂糖、☆フライドポテト	☆料理酒、☆本みりん、☆食 塩、☆お好み焼きソース、☆ トマトケチャップ、☆しょうゆ、 ☆穀物酢、☆お菓子
29	サバのカレー風味焼き 蒸しブロッコリー さつま芋のサラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎きになる野菜 アップル& キャロット	☆さば、☆白身魚、☆牛乳	☆ブロッコリー、☆にんじん、☆パ ナナ	☆さつまいも、☆サラダ油、☆砂糖	☆しょうゆ、☆料理酒、☆カ レー粉、☆穀物酢、☆食塩、 ☆塩こしょう、☆お菓子、き になる野菜
30	牛肉と豆腐のみそ炊き じゃが芋のソテー ハイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆麦み そ、☆ベーコン、☆牛乳	☆葉ねぎ、☆にんじん、☆たまね ぎ、☆ピーマン、☆パイナップル缶	☆砂糖、☆かたくり粉、☆じゃがい も、☆サラダ油	☆本みりん、☆しょうゆ、☆ 鶏がらだし、☆食塩、☆塩こ しょう、☆お菓子



11日(月)・25日(月)は「大豆のキーマカレー」です。



28日(木)はお誕生会です。主食はいりません。箸を持たせてください。
(幼児クラス)

仕入れの状況により献立・食材が変更になる場合があります。