

令和8年 5月分

幼児食献立表

子鳩保育園

日曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	日曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前
		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					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	ご飯 じゃがいもそぼろ煮 村醤 汁 果物	米/麦/じゃがいも/ 油/三温糖/でんぶ ん/モチコメ/ウエハ ース	鶏ひき肉/木綿豆腐/ 卵/いりこ/豚中豆種 肉(赤肉)	玉葱/人参/グリーンピース (冷凍)/生しいたけ(園味 栽培、生)/ほうれんそう/ね ぎ/バナナ/干し椎茸	お茶 中華まき		20	ご飯 キーマカレー スパゲティ-サラダ 果物	米/麦/じゃがいも/ マヨネーズ/有塩パ ター/はちみつ/スパ ゲッティ/コーンフ レーク/レーズン/塩	牛ひき肉/豚ひき肉/ 卵/まぐろ缶詰(水煮フ レック付)/牛乳	玉葱/人参/青ピーマン/リ んご/にんにく(りん茎)/ キャベツ/きゅうり/ネー ブル/バナナ	お茶 フルーツコーンフレーク	
2	焼きそば わかめスープ	干し中華めん(乾)/サ ラダ油/ハードビス ケット/塩せんべい	豚モモ(脂肪なし)/か つお節/あおりのり/わ かめ/木綿豆腐/いり こ(出汁用いりこ)/ 牛乳	キャベツ/もやし/人参/ 玉葱/えのきたけ/ねぎ	牛乳 ビスケット		21	チキンライス 鶏肉から揚げ ポテトサラダ みそ汁 果物	米/有塩バター/でん ぶん/マヨネーズ/ 卵/ローソクハム/油 揚げ/わかめ/いりこ /キヌクラニュー糖/塩	鶏若鶏肉(皮なし)/ 鶏若鶏肉モモ(皮付き) /卵/ローソクハム/油 揚げ/わかめ/いりこ (出汁用いりこ)/牛 乳	玉葱/人参/グリーンピース (冷凍)/にんにく(りん茎)/ きゅうり/えのきたけ/ネー ブル/温州蜜柑缶詰(果肉)/ もも(缶詰果肉)	お茶 フルーツとライフル	
7	ご飯 魚の黄金焼き じゃがいもとピーマンの汁 みそ汁	米/麦/でんぶ/油/ じゃがいも/食パン (市販品)/有塩パター /三温糖/ソフトビス ケット	しいら/卵/ベーコン /油揚げ/いりこ/牛 乳	青ピーマン/玉葱/キャベ ツ/人参/葉ねぎ	牛乳 シュガートースト		22	ご飯 柳川煮 春雨スープ	米/麦/油/三温糖/ 春雨/クラッカー/い ちごジャム/塩せんべ い	豚肩(脂肪なし)/卵/ ベーコン/わかめ/い りこ(出汁用いりこ) /牛乳	ごぼう/玉葱/人参/干し椎 茸/グリーンピース(冷凍)/ キャベツ	お茶 ジャムサンドクラッカー	
8	ご飯 カレ- ひじきの和風サラダ 果物	米/麦/じゃがいも/ マヨネーズ/有塩パ ター/はちみつ/こま /ハードビスケット/ クラッカー	和牛モモ(脂肪なし) /牛乳/鶏若鶏肉さ さ身/干ひじき(干し以 差、乾)	玉葱/人参/グリーンピース (冷凍)/りんご/にんにく (りん茎)/きゅうり/ネー ブル/スナップエンドウ	牛乳 スナップエンドウ ビスケット		23	チャーシューの みそ汁 果物	干し中華めん(乾)/三 温糖/ごま油/でんぶ ん/焼きふ/クラック カー/塩せんべい	豚ひき肉/わかめ/い りこ(出汁用いりこ) /牛乳	ねぎ/人参/きゅうり/もや し/こまつな/バナナ	お茶 クラッカー	
9	蕎麦みうどん さつま芋と大豆の甘がらめ 果物	うどん(乾)/さつま 芋/サラダ油/三温糖 /ハードビスケット/ 塩せんべい	鶏若鶏肉(皮付き) /いりこ(出汁用い りこ)/大豆(国産、乾)/ 牛乳	玉葱/人参/キャベツ/こ ねぎ/ネーブル	牛乳 ビスケット		25	ご飯 魚のごま油焼き 春雨サラダ みそ汁	米/麦/でんぶ/こ ま油/マヨネーズ/春 雨/三温糖/有塩パター /ポーロ	アラスカめぬけ/ロー スハム/木綿豆腐/い りこ(出汁用いりこ) /牛乳/プロセステー ズ/卵	きゅうり/人参/玉葱/こま つな/えのきたけ	お茶 せんべい	
11	ご飯 魚のソース煮 甘酢和え 五目みそ汁	米/麦/三温糖/じゃ がいも/でんぶ/油/ マヨネーズ	生揚げ/豚肩(脂肪な し)/いりこ(出汁用 いりこ)/牛乳/プロセ ステーズ/かつお節/ あおりのり	キャベツ/温州蜜柑缶詰(果 肉)/なす/玉葱/葉ねぎ /ねぎ/バナナ	牛乳 じゃがたこ風		26	ご飯 豆腐とツナの小判焼き 和え あずか汁	米/麦/マヨネーズ/ パン粉/ごま/じゃが いも/焼きふ/有塩パ ター/三温糖	取り豆腐/まぐろ缶詰/ 卵/蒸しかまぼこ/焼き のり/鶏皮肉モモ(皮付 き)/スキムミルク/い りこ/牛乳	玉葱/だいこん/キャベツ/ きゅうり/人参/チンゲ ンツァイ/バナナ	お茶 せんべい	
12	ご飯 麻婆豆腐 梓糸 果物	米/麦/三温糖/ごま 油/でんぶ/春雨/ 油/塩せんべい/ウエ ハース	絞豆腐/豚ひき肉/ ロースハム/卵/牛乳	玉葱/干し椎茸/にら/ 人参/しょうが/きゅうり/ いよかん/そらまめ	牛乳 豆でそら豆 せんべい		27	まごころ弁当	クラッカー せんべい	牛乳/クリームチーズ	パイナップル(缶詰)	チーズサンドクラッカー	
13	ご飯 キーマカレー ヨーグルトサラダ 果物	米/麦/じゃがいも/ マヨネーズ/有塩パ ター/はちみつ/食パ ン/コーン缶/塩せん べい	牛ひき肉/豚ひき肉/ ロースハム/ヨーグル ト(全脂無糖)/★とろ けるチーズ	玉葱/人参/青ピーマン/ りんご/にんにく(りん茎) /きゅうり/キャベツ/ ネーブル	お茶 コントースト		28	ご飯 鶏肉の香味焼き カミカミサラダ きのこスープ	米/麦/ごま油/コー ン缶/ロールパン/有 塩バター/ポーロ	鶏若鶏肉モモ(皮付き) /しらす干し(半乾燥 品)/大豆(国産、ゆで )/ベーコン/牛乳/あ ずき(つぶ)	にんにく(りん茎)/キャベツ/ きゅうり/えのきたけ/ふ なしめじ/生しいたけ(園味 栽培、生)/玉葱	お茶 あんバターサンド	
14	ご飯 五目明焼き きんぴらごぼう みそ汁	米/麦/油/三温糖/ しらす干し(乾燥品)/ 凍り豆腐/豚肩(赤肉) /わかめ/いりこ/牛 乳	卵/スキムミルク/し らす干し(乾燥品)/ 凍り豆腐/豚肩(赤肉) /わかめ/いりこ/牛 乳	グリーンピース(冷凍)/人参 /ごぼう/こまつな/玉葱 /えのきたけ	牛乳 クレープ		29	ご飯 はんぺんフライ ツナ和え みそ汁	米/麦/パン粉(乾燥)/ 油/三温糖/無塩パ ター	はんぺん/卵/まぐろ 缶詰(水煮フレック付)/生 揚げ/わかめ/いりこ /牛乳/ヨーグルト(全 脂無糖)	チンゲンツァイ/もやし/ 人参/なす/玉葱/グリーン ピース(冷凍)	お茶 ヨーグルト	
15	メロンパン(80/80) 果物 牛乳	メロンパン/水稲穀粒 (精白米)/ごま(乾)/ ごま油/塩せんべい	牛乳/しらす干し(半乾 燥品)	バナナ	お茶 じゃこおにぎり		30	和風スパゲティ 豆腐スープ 果物	スパゲッティ/有塩パ ター/でんぶ/ハード ビスケット/塩せん べい	まぐろ缶詰(水煮フレ ック付)/かつお節/焼き のり/木綿豆腐/わかめ /いりこ/牛乳	玉葱/ふなしめじ/こまつな /えのきたけ/人参/ネー ブル	お茶 ビスケット	
18	ご飯 鶏の塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁	米/麦/油/三温糖/ 甘納豆(あずき)/ソフ トビスケット	さつま揚げ/油揚げ/ いりこ/牛乳/きな粉 (大豆)/卵	切干しだいこん/人参/ グリーンピース(冷凍)/もやし /キャベツ/ふなしめじ	牛乳 米粉の小豆蒸しパン								
19	ご飯 鶏肉のクリーム煮 小松菜のサラダ 果物	米/麦/油/コーン缶 /マカロニ/有塩パ ター/三温糖/じゃが いも	鶏皮肉モモ(皮なし) /スキムミルク/まぐ ろ缶詰(油漬フレック付) /ヨーグルト(全脂無 糖)/寒天	玉葱/人参/パセリ/こま つな/きゅうり/キャベツ /メロン(露地)/りんご(ト レードジュース)	お茶 りんごヨーグルト								

誕生会

まごころ弁当日

運動会準備

運動会

避難訓練

3歳未満児	エネルギー	480 kcal	タンパク質	18.4 g
月平均栄養価	脂 質	14.9 g	食塩相当量	2.2 g
3歳以上児	エネルギー	544 kcal	タンパク質	21.8 g
月平均栄養価	脂 質	17.8 g	食塩相当量	2.5 g