



# 令和8年5月分保育所給食予定表

日 曜	献立名	おやつ		材 料 名			栄 養 価 (3歳以上児)
		午前(未満児)	午後(全 員)	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	ご飯 チキンナゲット 切干大根のサラダ コロコロスープ	牛乳 ビスケット	牛乳 鯉のぼりホットケーキ	精白米/強化米/かたく り粉/マヨネーズ/米白 絞油/ごま/三温糖/こ ま油/米サラダ油/ホッ トケーキミックス/チヨ コレートクリーム	豆腐/鶏肉/たまご/ ベーコン/牛乳	にんにく/切干しだい こん/にんじん/ほう れんそう/玉ねぎ	エネルギー 639 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 25.9 g 食塩相当 2.3 g
		牛乳 乳児用お菓子	麦茶 ジャムパン	スパゲッティ/バター /食パン/ジャム	わかめ/ツナ缶/牛乳	キャベツ/玉ねぎ/に んじん/もやし/パナ ナ	エネルギー 526 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 16.4 g 食塩相当 1.8 g
4 月	みどりの日						
5 火	こどもの日						
6 水	振替休日						
7 木	麦ご飯 ポークカレー 野菜サラダ バイン缶	牛乳 ウエハース	牛乳 マカロニ安倍川	精白米/押麦/じゃがい も/米サラダ油/三 温糖/マカロニ	豚肉/ハム/牛乳/き な粉	にんじん/玉ねぎ/ キャベツ/ブロッ コリー/コーン缶/パ イン缶	エネルギー 658 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 18.2 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 あられ	麦茶 ヨーグルト お菓子	精白米/強化米/米白 絞油/三温糖/ごま油 /ごま/お菓子	豚肉/ベーコン/ヨー グルト	ほうれんそう/もやし /にんじん/キャベツ /玉ねぎ/バナナ	エネルギー 524 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.9 g
8 金	ピビンバ 野菜スープ バナナ	牛乳 あられ	牛乳 お菓子	精白米/強化米/米白 絞油/三温糖/ごま油 /ごま/お菓子	豚肉/ベーコン/ヨー グルト	ほうれんそう/もやし /にんじん/キャベツ /玉ねぎ/バナナ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.2 g
		牛乳 乳児用お菓子	麦茶 チョコサンド	精白米/強化米/パ ター/じゃがいも/米 サラダ油/焼きふ/コ ッペパン/チヨコ レートクリーム	鶏肉/牛乳	にんじん/ピーマン/ 玉ねぎ/コーン缶/パ セリ/バナナ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.2 g
9 土	チキンピラフ オニオンスープ バナナ 牛乳	牛乳 ウエハース	牛乳 マカロニ安倍川	精白米/強化米/じゃがい も/米サラダ油/三 温糖/マカロニ	豚肉/ハム/牛乳/き な粉	にんじん/玉ねぎ/ キャベツ/ブロッ コリー/コーン缶/パ イン缶	エネルギー 658 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 18.2 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 あられ	麦茶 ヨーグルト お菓子	精白米/強化米/米白 絞油/三温糖/ごま油 /ごま/お菓子	豚肉/ベーコン/ヨー グルト	ほうれんそう/もやし /にんじん/キャベツ /玉ねぎ/バナナ	エネルギー 524 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.9 g
11 月	ご飯 肉団子のケチャップ煮 ごま和え 春雨スープ	牛乳 クラッカー	牛乳 メロンパントースト	精白米/強化米/パン粉 /米白絞油/ごま/三 温糖/はるさめ/ごま油 /食パン/バター/グラ ニュー糖/薄力粉	豚肉/たまご/わかめ /牛乳	玉ねぎ/にんじん/も やし/きゅうり	エネルギー 665 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 27.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 クラッカー	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
12 火	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き キャベツサラダ みそ汁	牛乳 ビスケット	牛乳 お菓子	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
		牛乳 ビスケット	麦茶 おにぎり	コッペパン/じゃがい も/米サラダ油/薄力 粉/パン粉/米白絞油 /三温糖/精白米/強 化米/ごま	豚肉/たまご/鶏肉/ 牛乳/鮭フレーク	玉ねぎ/にんじん/ブ ロッコリー/クリーム コーン	エネルギー 596 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当 2.0 g
13 水	コッペパン コロケ ブロッコリーのサラダ クリームスープ	牛乳 ビスケット	牛乳 お菓子	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
		牛乳 ビスケット	麦茶 おにぎり	コッペパン/じゃがい も/米サラダ油/薄力 粉/パン粉/米白絞油 /三温糖/精白米/強 化米/ごま	豚肉/たまご/鶏肉/ 牛乳/鮭フレーク	玉ねぎ/にんじん/ブ ロッコリー/クリーム コーン	エネルギー 596 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当 2.0 g
14 木	ご飯 さばのみそ煮 五目おえ 吉野汁	牛乳 きなこせんべい	牛乳 シュガードーナッツ	精白米/強化米/三温 糖/ごま/じゃがいも /かたくり粉/ホット ケーキミックス/米白 絞油/グラニュー糖	さば/みそ/油揚げ/ 牛乳/たまご/脱脂粉 乳	しょうが/こまつな/ もやし/にんじん/ コーン缶/だいこん/ ねぎ	エネルギー 599 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 22.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 クラッカー	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
15 金	ご飯 豆腐のつくね焼き お浸し みそ汁	牛乳 かぼちゃポーロ	牛乳 お菓子	精白米/強化米/米サ ラダ油/パン粉/三温 糖/みかんゼリー/お 菓子	豆腐/鶏肉/ひじき/ たまご/かつお節/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/れ んこん/ほうれんそう /キャベツ/かぼちゃ /ねぎ/えのきたけ	エネルギー 527 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.3 g 食塩相当 1.6 g
		牛乳 かぼちゃポーロ	麦茶 ジャムパン	精白米/強化米/米サ ラダ油/パン粉/三温 糖/みかんゼリー/お 菓子	豆腐/鶏肉/ひじき/ たまご/かつお節/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/れ んこん/ほうれんそう /キャベツ/かぼちゃ /ねぎ/えのきたけ	エネルギー 527 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.3 g 食塩相当 1.6 g
16 土	肉ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	牛乳 お菓子	うどん/三温糖/食パ ン/ジャム	豚肉/牛乳	ごぼう/にんじん/パ ナナ	エネルギー 508 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 乳児用お菓子	麦茶 ジャムパン	うどん/三温糖/食パ ン/ジャム	豚肉/牛乳	ごぼう/にんじん/パ ナナ	エネルギー 508 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 1.8 g
18 月	ご飯 肉じゃが 野菜サラダ みそ汁	牛乳 ビスケット	牛乳 フルーツミックス	精白米/強化米/じゃ がいも/しらたき/米 サラダ油/三温糖/マ スカットゼリー	豚肉/ハム/豆腐/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/グ リンピース/キャベツ /ブロッコリー/コー ン缶/みかん缶/パ イン缶/もも缶	エネルギー 532 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 ビスケット	麦茶 ジャムパン	精白米/強化米/じゃ がいも/しらたき/米 サラダ油/三温糖/マ スカットゼリー	豚肉/ハム/豆腐/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/グ リンピース/キャベツ /ブロッコリー/コー ン缶/みかん缶/パ イン缶/もも缶	エネルギー 532 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.8 g

日 曜	献立名	おやつ		材 料 名			栄 養 価 (3歳以上児)
		午前(未満児)	午後(全 員)	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	ご飯 さけの西京焼き れんこんきんぴら すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳 フライドポテト	精白米/強化米/三温 糖/米サラダ油/ごま /フライドポテト/米 白絞油	さけ/みそ/豚肉/鶏 肉/牛乳	れんこん/にんじん/ 玉ねぎ/だいこん/ほ うれんそう	エネルギー 615 kcal たんぱく質 28.0 g 脂 質 22.7 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 せんべい	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/たまご/ベーコ ン/豆腐/牛乳	もやし/きゅうり/に んじん/こまつな/玉 ねぎ/レモン	エネルギー 649 kcal たんぱく質 31.5 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
20 水	食パン ジャム チキンカツ もやしときゅうりのナムル 青菜と豆腐のスープ	牛乳 ビスケット	牛乳 にんじんケーキ	食パン/ジャム/薄力 粉/パン粉/米白絞油 /ごま/三温糖/ごま 油/米サラダ油/ホッ トケーキミックス/パ ター	鶏肉/たまご/ベーコ ン/豆腐/牛乳	もやし/きゅうり/に んじん/こまつな/玉 ねぎ/レモン	エネルギー 649 kcal たんぱく質 31.5 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
		牛乳 ビスケット	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/たまご/ベーコ ン/豆腐/牛乳	もやし/きゅうり/に んじん/こまつな/玉 ねぎ/レモン	エネルギー 649 kcal たんぱく質 31.5 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
21 木	麦ご飯 ポークカレー 納豆和え バイン缶	牛乳 ウエハース	牛乳 マカロニ安倍川	精白米/押麦/じゃがい も/米サラダ油/三 温糖/ごま油/マカロ ニ	豚肉/牛乳/きな粉	にんじん/玉ねぎ/ きゅうり/パイン缶	エネルギー 646 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 18.4 g 食塩相当 2.1 g
		牛乳 ウエハース	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/たまご/ベーコ ン/豆腐/牛乳	もやし/きゅうり/に んじん/こまつな/玉 ねぎ/レモン	エネルギー 649 kcal たんぱく質 31.5 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 2.4 g
22 金	ご飯 魚の鍋照り 納豆和え さつま汁	牛乳 あられ	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/かた くり粉/米白絞油/三 温糖/じゃがいも/お 菓子	かじき/納豆/鶏肉/ みそ/ヨーグルト	しょうが/こまつな/ ほうれんそう/にんじ ん/だいこん/ごぼう /ねぎ	エネルギー 511 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.6 g
		牛乳 あられ	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
23 土	チキンピラフ オニオンスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	麦茶 チョコサンド	精白米/強化米/パ ター/じゃがいも/米 サラダ油/焼きふ/コ ッペパン/チヨコ レートクリーム	鶏肉/牛乳	にんじん/ピーマン/ 玉ねぎ/コーン缶/パ セリ/バナナ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.2 g
		牛乳 乳児用お菓子	麦茶 チョコサンド	精白米/強化米/パ ター/じゃがいも/米 サラダ油/焼きふ/コ ッペパン/チヨコ レートクリーム	鶏肉/牛乳	にんじん/ピーマン/ 玉ねぎ/コーン缶/パ セリ/バナナ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.2 g
25 月	ご飯 肉団子のケチャップ煮 ごま和え 春雨スープ	牛乳 クラッカー	牛乳 メロンパントースト	精白米/強化米/パン 粉/米白絞油/ごま/ 三温糖/はるさめ/ご ま油/食パン/バター /グラニュー糖/薄力 粉	豚肉/たまご/わかめ /牛乳	玉ねぎ/にんじん/も やし/きゅうり	エネルギー 665 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 27.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 クラッカー	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
26 火	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き キャベツサラダ みそ汁	牛乳 クラッカー	牛乳 メロンパントースト	精白米/強化米/パン 粉/米白絞油/ごま/ 三温糖/はるさめ/ご ま油/食パン/バター /グラニュー糖/薄力 粉	豚肉/たまご/わかめ /牛乳	玉ねぎ/にんじん/も やし/きゅうり	エネルギー 665 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 27.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 クラッカー	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
27 水	コッペパン コロケ ブロッコリーのサラダ クリームスープ	牛乳 ビスケット	麦茶 おにぎり	コッペパン/じゃがい も/米サラダ油/薄力 粉/パン粉/米白絞油 /三温糖/精白米/強 化米/ごま	豚肉/たまご/鶏肉/ 牛乳/鮭フレーク	玉ねぎ/にんじん/ブ ロッコリー/クリーム コーン	エネルギー 596 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 ビスケット	麦茶 おにぎり	コッペパン/じゃがい も/米サラダ油/薄力 粉/パン粉/米白絞油 /三温糖/精白米/強 化米/ごま	豚肉/たまご/鶏肉/ 牛乳/鮭フレーク	玉ねぎ/にんじん/ブ ロッコリー/クリーム コーン	エネルギー 596 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当 2.0 g
28 木	ご飯 さばのみそ煮 五目おえ 吉野汁	牛乳 せんべい	牛乳 シュガードーナッツ	精白米/強化米/三温 糖/ごま/じゃがいも /かたくり粉/ホット ケーキミックス/米白 絞油/グラニュー糖	さば/みそ/油揚げ/ 牛乳/たまご/脱脂粉 乳	しょうが/こまつな/ もやし/にんじん/ コーン缶/だいこん/ ねぎ	エネルギー 599 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 22.2 g 食塩相当 2.0 g
		牛乳 せんべい	麦茶 ヨーグルト	精白米/強化米/マ ーレード/マヨネーズ /ごま/薄力粉/三温 糖/バター	鶏肉/豆腐/みそ/牛 乳/脱脂粉乳/たまご /粉チーズ/チーズ	にんにく/しょうが/ キャベツ/きゅうり/ にんじん/だいこん/ 玉ねぎ	エネルギー 659 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 25.3 g 食塩相当 1.7 g
29 金	ご飯 豆腐のつくね焼き お浸し みそ汁	牛乳 かぼちゃポーロ	牛乳 お菓子	精白米/強化米/米サ ラダ油/パン粉/三温 糖/みかんゼリー/お 菓子	豆腐/鶏肉/ひじき/ たまご/かつお節/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/れ んこん/ほうれんそう /キャベツ/かぼちゃ /ねぎ/えのきたけ	エネルギー 527 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.3 g 食塩相当 1.6 g
		牛乳 かぼちゃポーロ	麦茶 ジャムパン	精白米/強化米/米サ ラダ油/パン粉/三温 糖/みかんゼリー/お 菓子	豆腐/鶏肉/ひじき/ たまご/かつお節/み そ/牛乳	にんじん/玉ねぎ/れ んこん/ほうれんそう /キャベツ/かぼちゃ /ねぎ/えのきたけ	エネルギー 527 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.3 g 食塩相当 1.6 g
30 土	肉ごぼううどん バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	麦茶 ジャムパン	うどん/三温糖/食パ ン/ジャム	豚肉/牛乳	ごぼう/にんじん/パ ナナ	エネルギー 508 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 1.8 g
		牛乳 乳児用お菓子	麦茶 ジャムパン	うどん/三温糖/食パ ン/ジャム	豚肉/牛乳	ごぼう/にんじん/パ ナナ	エネルギー 508 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 1.8 g

※保育園の行事等により、献立に変更がある場合があります。  
※マヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風味のドレッシングを使用しています。



今月のかみかみメニューは、「チキンカツ」です。  
前歯でがぶり！とかじりとり、奥歯でよく噛んで食べましょう。