



5月給食献立表



令和8年度

認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児(1~2歳児)	
									午前おやつ	午後おやつ
月	11 25	ごはん 鶏の塩から揚げ 筍入りナムル キャベツと油揚げの味噌汁	① 538kcal ② 19.9g ③ 20.7g ④ 2.0g	米 油 ごま ごま油	鶏肉 油揚げ 味噌 煮干し	もやし 人参 筍 アスパラ きゅうり キャベツ 玉葱 小松菜	塩 和風だし 中華だし	麦茶 ★マッシュマロ トースト	牛乳 ビスケット 麦茶 ★マッシュマロトースト	
火	12 26	けんちんうどん 豚しゃぶサラダ バナナ	① 558kcal ② 19.5g ③ 18.3g ④ 1.6g	うどん マヨネーズ ごま 三温糖	鶏肉 油揚げ 豚肉 煮干し	人参 筍 ごぼう 大根 長葱 レタス サニーレタス トマト きゅうり バナナ	しょうゆ 和風だし 酒 塩 酢	麦茶 ★おにぎらず (ツナマヨ)	牛乳 卵ボーロ 麦茶 ★ツナマヨおにぎり	
水	13 27	ごはん さばの味噌煮 ジャーマンポテト わかめスープ	① 540kcal ② 23.8g ③ 16.5g ④ 1.6g	米 三温糖 じゃが芋 油	さば 味噌 鶏肉 わかめ	玉葱 人参 ほうれん草 もやし キャベツ 長葱	酒 塩 コンソメ 中華だし しょうゆ	★おにぎり クッキー りんご 小魚	牛乳 ウエハース 牛乳 りんご クッキー	
木	14 28	ロールパン ポークビーンズ チーズサラダ 豆腐のコンソメスープ	① 529kcal ② 22.8g ③ 22.7g ④ 1.8g	ロールパン じゃが芋 三温糖 油	豚肉 大豆 チーズ 木綿豆腐	人参 玉葱 枝豆 トマト缶 レタス サニーレタス きゅうり キャベツ	鶏ガラだし ケチャップ 塩 酢 こしょう コンソメ	麦茶 ヨーグルト ビスコ	牛乳 パイ 麦茶 ビスコ ヨーグルト	
金	15 29	中華丼(麦ごはん) オーロラサラダ ナゲット	① 513kcal ② 21.6g ③ 11.3g ④ 1.4g	米 押し麦 三温糖 油 じゃが芋 マヨネーズ	豚肉 かまぼこ ナゲット	長葱 人参 白菜 筍 しいたけ レタス キャベツ トマト コーン きゅうり	中華だし しょうゆ 塩 ケチャップ	★おにぎり ★いももち	牛乳 クラッカー 牛乳 ★いももち	
土	2 16 30	ロールパン 魚フライ 野菜サラダ 鶏ガラスープ	★お誕生日会メニュー(8日)★ 野菜たっぷり醤油ラーメン 揚げ餃子 フルーツヨーグルト おやつ 麦茶 よもぎ入りかしわ餅風蒸しパン						牛乳 パイ 麦茶 果物 おせんべい	
月	18	ごはん 豚肉のチャブチエ風炒め キャベツのポン酢和え 野菜たっぷりの豚汁	① 541kcal ② 17.4g ③ 12.6g ④ 1.9g	米 春雨 じゃが芋	豚肉 味噌 煮干し	人参 もやし 玉葱 ビーマン キャベツ ごぼう 大根 アスパラ 長葱	しょうゆ 中華だし 酒 酢 和風だし	麦茶 ★玉葱 スコーン	牛乳 ビスケット 麦茶 ★玉葱スコーン	
火	19	ナポリタン はんぺんフライ コルスロー	① 583kcal ② 22.8g ③ 17.7g ④ 1.6g	パゲッティ 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 三温糖	鶏肉 ウインナー はんぺん シーチキン	玉葱 人参 ピーマン トマト缶 キャベツ コーン缶 きゅうり	ケチャップ 塩 酢	麦茶 ★おにぎらず (カレー そばろ)	牛乳 卵ボーロ 麦茶 ★カレーそばろおにぎり	
水	20	ごはん 鶏肉の生姜焼き 五目きんぴら 豆腐とわかめの中華スープ	① 579kcal ② 25.9g ③ 13.3g ④ 1.7g	米 三温糖 ごま油	鶏肉 さつま揚げ 木綿豆腐 わかめ	玉葱 人参 れんこん ごぼう 切り干し大根 キャベツ 長葱	しょうゆ 酒 塩 中華だし	★おにぎり バナナ ウエハース 小魚	牛乳 パイ 牛乳 バナナ ウエハース	
木	7 21	青菜ごはん 白身魚の和風あんかけ カミカミサラダ オニオンクリームスープ	① 537kcal ② 25.6g ③ 6.2g ④ 1.1g	米 三温糖 マヨネーズ じゃが芋	助宗たら 青のり 脱脂粉乳	青菜 玉葱 人参 コーン缶 ごぼう キャベツ フロッキー ほうれん草	和風だし しょうゆ 酢 シチュールー	★おにぎり ★カップゼリー おせんべい	牛乳 せんべい 牛乳 ★カップゼリー おせんべい	
金	1 22	麦ごはん 旬野菜カレー チョコギサラダ オレンジ	① 587kcal ② 25.1g ③ 15.2g ④ 2.2g	米 押し麦 じゃが芋 ごま ごま油	豚肉 脱脂粉乳 海苔	玉葱 人参 アスパラ 筍 ごぼう きゅうり レタス トマト サニーレタス オレンジ	カレールー ケチャップ ソース 中華だし しょうゆ	★おにぎり ★ジャジャコ ココアパン	牛乳 クッキー 牛乳 ★ジャジャコココアパン	
土	9 23	ロールパン ハンバーグ フルーツサラダ コンソメスープ	★5月のクッキングは「おにぎらず🍙」を作ります★ 19日(梅組)、12日(桃A組)、26日(桃B組)に 三角巾、エプロン、マスクを忘れずに持たせてください♪						牛乳 ウエハース 麦茶 果物 ビスケット	

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

☆5月使用の旬の食材…たけのこ、ごぼう、玉葱、キャベツ、新じゃが、アスパラ

※旬が短く、季節を感じる山菜の苦みも大切な味覚のひとつです

