

献立表

2026年05月

日 ／ 曜	献立名	10時おやつ 3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
01 金	ふきご飯 豆腐の田楽風 キャベツの甘酢和え 吸物	(未)バナナ(1/3本) ***3時のおやつ*** フルーツポンチ	米、砂糖、油	牛乳、焼き豆腐、まぐろ米油 漬けフレーク	キャベツ、黄桃レトルト、みかんレトルト、バインレトルト、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ふき、しめじ、根みつば、乾燥ワカメ	うすくちしょうゆ、かつお節、赤みそ、米酢、清酒、本みりん、食塩、胡椒
07 木	ケチャップライス 新ごぼうサラダ コンソメスープ	(未)おこめせん ***3時のおやつ*** 黒糖蒸しパン	米、小麦粉、黒砂糖、油、砂糖	牛乳、ベーコン	たまねぎ、新ごぼう、にんじん、こまつな、きゅうり、黄パプリカ、しいたけ、(冷)グリーンピース	ケチャップ、卵をつかってないマヨネーズ、うすくちしょうゆ、米酢、しょうゆ、白ごま、食塩、ベーキングパウダー、コンソメ、スープストック、胡椒
08 金	ご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ オレンジ2/8	(未)むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** 青のりチーストースト	米、食パン、はるさめ、砂糖、片栗粉、油	牛乳、豆腐、豚肉ももミンチ、ミックスチーズ	オレンジ、だけのご水煮、にんじん、きゅうり、ねぎ、スイートコーン、しいたけ、しょうが	卵をつかってないマヨネーズ、しょうゆ、米酢、赤みそ、うすくちしょうゆ、鶏がらスープの素、食塩、青のり
11 月	ご飯 キーマカレー(バター、小麦寒) コールスローサラダ オレンジ2/8	(未)おこめせん ***3時のおやつ*** じゃがもち(甘だれ)	米、じゃがいも、片栗粉、中双、油	牛乳、豚肉ももミンチ	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ピーマン、スイートコーン、しょうが、にんにく	ドレッシングコールスロー、しょうゆ、こいくちソース、ケチャップ、コンソメ、カレー粉、食塩、ローリエ、胡椒
12 火	鶏ごぼうご飯 きゅうりとキャベツの酢の物 若竹汁	(未)バナナ(1/3本) ***3時のおやつ*** 米粉のカップケーキ	米、米粉のカップケーキ、砂糖	牛乳、鶏もも肉	きゅうり、キャベツ、だけのご水煮、ごぼう、にんじん、根みつば、いんげん、干しいたけ、だし昆布、乾燥ワカメ	しょうゆ、かつお節、うすくちしょうゆ、米酢、清酒、本みりん、食塩
13 水	ご飯 ししゃも焼き 炒めなます じゃがいもの味噌汁	(未)赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** お麩のシナモンラスク	米、じゃがいも、おつゆ麩、バター、グラニュー糖、油、砂糖	牛乳、ししゃも、油揚げ	だいこん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しいたけ、いんげん	赤みそ、かつお節、白みそ、米酢、うすくちしょうゆ、シナモン
14 木	ご飯 きすのから揚げ 白菜のごま和え なめこ汁	(未)オレンジ2/8 ***3時のおやつ*** 米粉のココア蒸しパン	米、上新粉、砂糖、油、片栗粉、油、粉糖	牛乳、調製豆乳、きす(開き)、豆腐	はくさい、こまつな、にんじん、なめこ、乾燥ワカメ	赤みそ、かつお節、純ココア、しょうゆ、ベーキングパウダー、白ごま、食塩、
15 金	ご飯 鶏肉のくわ焼き にんじんサラダ 味噌汁	(未)むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** かぼちゃようかん	米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、鶏もも肉	かぼちゃ、にんじん、だいこん、緑豆もやし、ほうれんそう、しめじ、スイートコーン、乾燥ワカメ	赤みそ、しょうゆ、かつお節、米酢、白みそ、清酒、本みりん、丸寒天
18 月	カレーピラフ サウザンアイランドサラダ コンソメスープ	(未)おこめせん ***3時のおやつ*** チーズボンテ	米、白玉粉、油、小麦粉	牛乳、鶏もも肉、ベーコン、パルメザン粉、チーズ	キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、えのきたけ、スイートコーン、ピーマン	ドレッシングサウザンアイランド、うすくちしょうゆ、食塩、コンソメ、ベーキングパウダー、スープストック、カレー粉、胡椒
19 火	ちゃんぽん風うどん もやしと胡瓜の中華和え バナナ180g(1/2・1/3本)	(未)赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 五平餅	うどん、米、砂糖、油、片栗粉、ごま油	牛乳、豚もも	バナナ、緑豆もやし、はくさい、きゅうり、にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが、乾燥ワカメ	白ごま、うすくちしょうゆ、米酢、しょうゆ、赤みそ、本みりん、鶏がらスープの素、食塩
20 水	ご飯 さわらの西京焼き ひじきの炒め煮 吸物	(未)オレンジ2/8 ***3時のおやつ*** フライドポテト	米、じゃがいも、しらたき、油、中双、油	牛乳、さわら、油揚げ	たまねぎ、にんじん、しめじ、根みつば、ひじき、いんげん、乾燥ワカメ	かつお節、西京味噌、うすくちしょうゆ、しょうゆ、本みりん、清酒、食塩
21 木	ご飯 鮭のねぎだれかけ 切干大根のお浸し 赤だし	(未)鉄塩せん ***3時のおやつ*** パンのかりんとう	米、食パン、砂糖、油、片栗粉	牛乳、秋鮭、豆腐	にんじん、こまつな、切り干し大根、ねぎ、なめこ、しょうが、乾燥ワカメ	赤みそ、しょうゆ、かつお節、清酒、米酢、うすくちしょうゆ
22 金	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き アスパラガスのサラダ ミネストローネ	(未)バナナ(1/3本) ***3時のおやつ*** フルーツかん	米、砂糖、マーマレード、油	牛乳、鶏もも肉、ベーコン	レトルトシロップ液、にんじん、なす、黄桃レトルト、みかんレトルト、トマト水煮、たまねぎ、グリーンアスパラガス、きゅうり、スイートコーン	卵をつかってないマヨネーズ、うすくちしょうゆ、しょうゆ、丸寒天、清酒、コンソメ、食塩、胡椒
25 月	ご飯 鶏肉の香味焼き じゃが芋の和えもの 味噌汁	(未)おこめせん ***3時のおやつ*** お麩のきな粉ラスク	米、じゃがいも、おつゆ麩、バター、グラニュー糖、砂糖	牛乳、鶏もも肉、まぐろ米油漬けフレーク、きな粉、油揚げ	だいこん、にんじん、きゅうり、ねぎ、乾燥ワカメ、しょうが	赤みそ、しょうゆ、米酢、かつお節、白みそ、清酒
26 火	ご飯 回鍋肉 もやしのごま和え ニラのスープ	(未)オレンジ2/8 ***3時のおやつ*** カレーじゃがもち	米、じゃがいも、油、片栗粉、砂糖	牛乳、豚肉もも	緑豆もやし、キャベツ、にんじん、こまつな、にら、だけのご水煮、ピーマン、赤パプリカ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、うすくちしょうゆ、白みそ、白ごま、赤みそ、清酒、鶏がらスープの素、食塩、カレー粉、胡椒
27 水	ご飯 さわらの竜田揚げ 新玉ねぎのサラダ 味噌汁	(未)バナナ(1/3本) ***3時のおやつ*** 米粉の蒸しパン	米、上新粉、いちごジャム、油、片栗粉、砂糖、油	牛乳、さわら、調製豆乳、まぐろ米油漬けフレーク、油揚げ	新たまねぎ、緑豆もやし、きゅうり、にんじん、乾燥ワカメ、しょうが	赤みそ、米酢、かつお節、白みそ、しょうゆ、ベーキングパウダー、清酒、うすくちしょうゆ、食塩
28 木	ご飯 鶏肉のスパイス煮 新ごぼうの胡麻和え 野菜スープ	(未)赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 米粉チヂミ	米、上新粉、油、中双、砂糖	牛乳、鶏もも肉	にんじん、たまねぎ、新ごぼう、こまつな、いんげん、にら、しいたけ	しょうゆ、うすくちしょうゆ、白ごま、清酒、粉かつお、コンソメ、食塩、ローリエ、ナツメグ、胡椒、タイム粉
29 金	焼きそば ひじきのナムル 中華スープ	(未)むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** ヨーグルト和え	焼きそばめん、油、砂糖、ごま油	牛乳、プレーンヨーグルト(無糖)、豚もも、豆腐、生クリーム	キャベツ、たまねぎ、黄桃レトルト、みかんレトルト、バナナ、バインレトルト、たまねぎ、にんじん、ピーマン、スイートコーン、しいたけ、ねぎ、ひじき、乾燥ワカメ	中濃ソース、こいくちソース、しょうゆ、米酢、うすくちしょうゆ、スープストック、粉かつお、鶏がらスープの素、食塩、青のり、胡椒
毎週土	クロワッサン 牛乳		クロワッサン	牛乳	【牛乳の提供について】こども園幼稚園の子は昼食に提供します。こども園保育園と、その他保育所については、午後のおやつで牛乳を提供します。	