

献立表

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名			
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかけにくくなる食べ物	
01 金	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き かぶと昆布の煮物 きゃべつのおかか炒め フルーツ	せんべい 麦茶	豆腐と黒ごまの マフィン 牛乳	チヂミ 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、○木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ、かつお節	米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○砂糖、マヨネーズ、なたね油	かぶ、緑豆もやし、だいこん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、えのきたけ、ごぼう、フロッコリー、○すりごま、コーン缶、刻みごんぶ、しょうが	エネルギー 以上児 557kcal
02 土	バターロール わかめスープ 鮭の照り焼き ジャーマンポテト フルーツ		ラスク 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ベーコン、ウインナーソーセージ	じゃがいも、ロールパン	たまねぎ、だいこん、しめじ、えのきたけ、赤ピーマン、コーン缶、いんげん、にんにく、しょうが	未満児 446kcal
07 木	肉うどん 野菜のうま煮 わかめとベーコンの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	ピラフ 麦茶	野菜スープ 麦茶	豚肉(もも)、○ウインナーソーセージ、ベーコン、油揚げ	ゆでうどん、○米、砂糖、○なたね油、なたね油、片栗粉	緑豆もやし、だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、生わかめ、かぶ、フロッコリー、糸こんにゃく、○グリーンピース、○にんじん、しめじ、ごぼう、赤ピーマン、だけのこ	お知らせ 行事等 15日 誕生会
08 金	御飯 みそ汁 さわらのカレーソテー そら豆と野菜のごま和え きゃべつのお鍋肉風 フルーツ	せんべい 麦茶	スキムミルク ビスケット 牛乳	きのこ汁 麦茶	○牛乳、さわら、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、○脱脂粉乳、○卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○小麦粉、○ショートニング、○砂糖、○無塩バター、小麦粉、マヨネーズ、砂糖、ごま油、なたね油	緑豆もやし、キャベツ、そらまめ、だいこん、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ、えのきたけ、コーン缶、ごぼう、グリーンアスパラガス、すりごま、しょうが	22日 春の園外保育
09 土	バターロール 野菜スープ ハーベキューチキン スパゲティサラダ フルーツ		ジャムパン 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、ツナ水煮缶	ロールパン、マカロニ・スパゲティ、マヨネーズ	たまねぎ、きゅうり、にんじん、キャベツ、だいこん、りんご、コーン缶、ミニトマト、えのきたけ、にんにく	26日 ご当地グルメ 最終回!
11 月	御飯 みそ汁 豚肉のごま焼き じゃがいものみそ煮 菜の花ときゃべつ炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	ウインナーパン 牛乳	大学芋 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、○ウインナーソーセージ、米みそ(甘みそ)、油揚げ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、砂糖	なばな、緑豆もやし、たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ごぼう、コーン缶、いんげん、すりごま、ごま	
12 火	御飯 みそ汁 タンドライーかじき かぼちゃのそぼろ煮 アスパラと春雨のサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	にくい 麦茶	にんじんおにぎり 麦茶	かじき、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○鶏もも肉	米、ほろさめ、マヨネーズ、○砂糖、砂糖、○なたね油、片栗粉、なたね油	かぼちゃ、きゅうり、緑豆もやし、○糸こんにゃく、キャベツ、たまねぎ、○れんこん、かぶ、○にんじん、にんじん、フロッコリー、かぶ、アスパラガス、えのきたけ、コーン缶、○ごぼう	
13 水	肉みそスパゲティ 野菜スープ もやしとにらのソテー きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	せんべい 麦茶	そらまめごはん 麦茶	オニオンスープ 麦茶	豚ひき肉、米みそ(甘みそ)、○油揚げ、ベーコン、しらす干し、かつお節	○七分つき米、マカロニ・スパゲティ、砂糖、ごま油、なたね油、片栗粉	緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、かぶ、にら、生わかめ、○そらまめ、きゅうり、しめじ、ごぼう、赤ピーマン、ピーマン、えのきたけ、コーン缶、○ごんぶ	
14 木	御飯 みそ汁 豆腐バーグ 切干大根の煮付け トマトとじゃこの和風揚げ フルーツ	せんべい 麦茶	ロッククッキー 牛乳	青菜ごはん 麦茶	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ、じゃこ	米、○小麦粉、○砂糖、○無塩バター、砂糖、なたね油	たまねぎ、にんじん、レタス、キャベツ、かぶ、きゅうり、トマト、しめじ、赤ピーマン、ピーマン、切り干しだいこん、かぶ・葉、オクラ、えのきたけ、○干しぶどう、コーン缶、いんげん	
15 金	カレーライス 野菜スープ きゃべつとウインナーの炒め物 豆サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	こいのぼりケーキ 牛乳	チヂミ 麦茶	○牛乳、○卵、豚ひき肉、○生クリーム、ウインナーソーセージ、大豆水煮缶、ベーコン、ひよこまめ(ゆで)、ツナ水煮缶	米、じゃがいも、○小麦粉、○グラニュー糖、マヨネーズ、○砂糖、砂糖、なたね油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、かぶ、○パイン、ホールトマト缶詰、○いちご、きゅうり、えのきたけ、れんこん、赤ピーマン、コーン缶、ピーマン、フロッコリー、いんげん	
16 土	バターロール わかめスープ 鮭の照り焼き ジャーマンポテト フルーツ		ラスク 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ベーコン、ウインナーソーセージ	じゃがいも、ロールパン	たまねぎ、だいこん、しめじ、えのきたけ、赤ピーマン、コーン缶、いんげん、にんにく、しょうが	
18 月	マーボーどんぶり みそ汁 トマト味じゃが もやしときゅうりの中華和え フルーツ	せんべい 麦茶	ミルフィーユ サンド 牛乳	おかかごはん 麦茶	○牛乳、木綿豆腐、絹ごし豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶、ウインナーソーセージ、○卵、油揚げ	米、○食パン、じゃがいも、砂糖、ごま油、○砂糖、○小麦粉、なたね油、片栗粉	緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、ホールトマト缶詰、しめじ、ピーマン、えのきたけ、にら、ごぼう、○いちごジャム、コーン缶、いんげん	
19 火	御飯 みそ汁 鮭のパン粉焼き かぼちゃとクイナのｽｰﾌﾟ 煮 アスパラのマヨ和え フルーツ	せんべい 麦茶	きんつば 麦茶	じゃがいもの きんぴら 麦茶	さけ、米みそ(淡色辛みそ)、焼き豚、ウインナーソーセージ、油揚げ	米、○さつまいも、○水あめ、パン粉、マヨネーズ、○小麦粉、○油、○砂糖、○白玉粉、なたね油	かぼちゃ、緑豆もやし、グリーンアスパラガス、ほうれんそう、だいこん、たまねぎ、にんじん、にら、赤ピーマン、しめじ、えのきたけ、フロッコリー、コーン缶、しょうが	
20 水	御飯 みそ汁 鶏肉のみそ焼き さつまいものレモン煮 きゃべつと厚揚げの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	スクエアケーキ 牛乳	わかめごはん 麦茶	○牛乳、鶏もも肉、生揚げ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)、油揚げ	米、さつまいも、○無塩バター、○小麦粉、○砂糖、砂糖、ごま油、なたね油	キャベツ、だいこん、○もも缶(白桃)、たまねぎ、チンゲンサイ、赤ピーマン、しめじ、えのきたけ、ごぼう、レモン果汁、しょうが	
21 木	肉うどん 野菜のうま煮 わかめとベーコンの炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	ピラフ 麦茶	野菜スープ 麦茶	豚肉(もも)、○ウインナーソーセージ、ベーコン、油揚げ	ゆでうどん、○米、砂糖、○なたね油、なたね油、片栗粉	緑豆もやし、だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、生わかめ、かぶ、フロッコリー、糸こんにゃく、○グリーンピース、○にんじん、しめじ、ごぼう、赤ピーマン、だけのこ	
22 金	御飯 みそ汁 さわらのカレーソテー そら豆と野菜のごま和え きゃべつのお鍋肉風 フルーツ	せんべい 麦茶	スキムミルク ビスケット 牛乳	きのこ汁 麦茶	○牛乳、さわら、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、○脱脂粉乳、○卵、米みそ(甘みそ)、油揚げ、しらす干し、かつお節	米、○小麦粉、○ショートニング、○砂糖、○無塩バター、小麦粉、マヨネーズ、砂糖、ごま油、なたね油	緑豆もやし、キャベツ、そらまめ、だいこん、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ、えのきたけ、コーン缶、ごぼう、グリーンアスパラガス、すりごま、しょうが	
23 土	バターロール 野菜スープ ハーベキューチキン スパゲティサラダ フルーツ		ジャムパン 麦茶	おにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン、ツナ水煮缶	ロールパン、マカロニ・スパゲティ、マヨネーズ	たまねぎ、きゅうり、にんじん、キャベツ、だいこん、りんご、コーン缶、ミニトマト、えのきたけ、にんにく	
25 月	御飯 みそ汁 豚肉のごま焼き じゃがいものみそ煮 菜の花ときゃべつ炒め物 フルーツ	せんべい 麦茶	ウインナーパン 牛乳	大学芋 麦茶	○牛乳、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、○ウインナーソーセージ、米みそ(甘みそ)、油揚げ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、砂糖	なばな、緑豆もやし、たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ごぼう、コーン缶、いんげん、すりごま、ごま	

2026年5月

◎は10時おやつ
○は3時おやつ

献立表

成育しせい保育園(一般)

日付	献立	10時おやつ 乳児のみ	3時おやつ	補食	材 料 名		
					骨や体を作る食べ物	力が出る食べ物	病気にかりにくくなる食べ物
26 火	御飯 みそ汁 タンドリーかじき かぼちゃのそぼろ煮 アスパラと春雨のサラダ フルーツ	せんべい 麦茶	さむかわ棒コロ 麦茶	にんじんおにぎり 麦茶	かじき、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、ツア水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、鶏もも肉	米、はるさめ、マヨネーズ、砂糖、砂糖、なたね油、片栗粉、なたね油	かぼちゃ、きゅうり、緑豆もやし、糸こんにゃく、キャベツ、たまねぎ、おれんごん、かぶ、にんじん、にんじん、プロッコリー、かぶ、アスパラガス、えのきたけ、コーン缶、ごぼう
27 水	肉みそスバゲティ 野菜スープ もやしとにらのソテー きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	せんべい 麦茶	そらまめごはん 麦茶	オニオンスープ 麦茶	豚ひき肉、米みそ(甘みそ)、油揚げ、ベーコン、しらす干し、かつお節	七分つき米、マカロニ・スバゲティ、砂糖、ごま油、なたね油、片栗粉	緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、かぶ、にら、生わかめ、そらまめ、きゅうり、しめじ、ごぼう、赤ピーマン、ピーマン、えのきたけ、コーン缶、ごぼう
28 木	御飯 みそ汁 豆腐バーグ 切干大根の煮付け トトとじゃこの和風サラダ フルーツ	せんべい 麦茶	ロッククッキー 牛乳	青菜ごはん 麦茶	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、卵、油揚げ、じゃこ	米、小麦粉、砂糖、無塩バター、砂糖、なたね油	たまねぎ、にんじん、レタス、キャベツ、かぶ、きゅうり、トマト、しめじ、赤ピーマン、ピーマン、切り干しだいごん、かぶ・葉、オクラ、えのきたけ、干しぶどう、コーン缶、いんげん
29 金	御飯 みそ汁 鶏肉のマヨドレ焼き かぶと昆布の煮物 きゃべつのおかか炒め フルーツ	せんべい 麦茶	豆腐と黒ごまの マフィン 牛乳	チヂミ 麦茶	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、卵、油揚げ、かつお節	米、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、マヨネーズ、なたね油	かぶ、緑豆もやし、だいごん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、えのきたけ、ごぼう、プロッコリー、すりごま、コーン缶、刻みごぼう、しょうが
30 土	バターロール わかめスープ 鮭の照り焼き ジャーマンポテト フルーツ		ラスク 麦茶	おにぎり 麦茶	さけ、ベーコン、ウィンナーソーセージ	じゃがいも、ロールパン	たまねぎ、だいごん、しめじ、えのきたけ、赤ピーマン、コーン缶、いんげん、にんにく、しょうが