

給食献立表

2026年5月 こぐま保育園給食



今月の予定

5月1日(金) …端午の節句

軽食が、行事食になります。

予定…柏餅(3歳～)

きなこおはぎ(～2歳)

フルーツ お茶

5月8日(金) …よもぎクッキング

軽食が、よもぎ粉を使ったよもぎ団子になります。どんだんさんのクッキングです。

予定…よもぎ団子(3歳～)

よもぎ蒸しパン(～2歳)

フルーツ お茶

5月15日(金) …誕生会

軽食が、お祝いメニューになります。

予定…カスタードどら焼き

フルーツ

ジュース(1歳は牛乳)

5月26日(火) …小遠足

3才児クラスから、お弁当の用意をお願いします。

今月のフルーツ：柑橘類・りんご・メロンなど

		朝のおやつ	昼食	軽食			主に熱や力のもとになるもの	主に体を作るもの	主に体の調子を整えるもの	栄養量 昼+軽食
11 25	月	せんべい 牛乳	グリーンピース御飯 味噌汁(もやし・えのき) 焼き鮭 冬瓜の煮物 アスパラガスのお浸し	おからケーキ フルーツ 牛乳	主 材 料	米 砂糖 酒 片栗粉	味噌 鮭	グリーンピース もやし えのき 冬瓜 アスパラガス	I礼拝 - 583 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 21.7 g	
12 26	火	ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁(かぶ・かぶの葉・しめじ) ミートボール さつまいものオレンジ煮 小松菜のお浸し	じゃこチャーハン フルーツ 牛乳		米 パン粉 砂糖 ケチャップ 中濃ソース さつまいも オレンジジュース	味噌 豚ひき肉 卵	かぶ しめじ トマト缶 玉葱 にんにく 小松菜	I礼拝 - 656 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 17.0 g	
13 27	水	クラッカー 牛乳	きつねうどん めかじきの味噌漬け焼き いんげんの塩茹で	中華おこわ (幼児:ゆでそら豆) フルーツ 牛乳		うどん 砂糖 酒	油揚げ めかじき 味噌	小松菜 人参 長葱 いんげん	I礼拝 - 605 kcal 蛋白質 29.2 g 脂質 13.5 g	
14 28	木	ビスケット 牛乳	カレーライス(1歳はハヤシライス) ゆで卵(1歳はトマト) きゅうりとわかめの酢の物 牛乳	抹茶蒸しパン 炒り子 フルーツ お茶		米 じゃがいも 小麦粉 ケチャップ 中濃ソース カレールー 油 酢	豚もも肉 (1歳:豚ひき肉) 卵 牛乳	玉葱 人参 にんにく 生姜 胡瓜 わかめ 1歳:トマト	I礼拝 - 672 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 19.5 g	
1 15 29	金	クラッカー 牛乳	御飯 味噌汁(えのき・油揚げ) ハンバーグ 人参の含め煮 ブロッコリーの塩ゆで	1・柏餅 15・誕生会 29・じゃが丸くん フルーツ 牛乳		米 砂糖 パン粉	味噌 油揚げ 豚ひき肉 卵	えのき 人参 ブロッコリー 玉葱	I礼拝 - 548 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 13.4 g	
2 16 30	土	せんべい お茶	御飯 味噌汁(玉葱・わかめ) 鱈の照り焼き 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し	キャロット蒸しパン フルーツ お茶		米 酒 砂糖	味噌 鱈	玉葱 わかめ 南瓜 ほうれん草	I礼拝 - 446 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 8.0 g	
18	月	せんべい 牛乳	御飯 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 豆腐ハンバーグ 人参のきんぴら おくらのおかか和え	みかんかん フレンチポテト 牛乳		米 油 酒 小麦粉 片栗粉 ケチャップ 中濃ソース	味噌 油揚げ 鶏ひき肉 すりゴマ 木綿豆腐 かつお節	キャベツ 人参 オクラ	I礼拝 - 466 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 16.0 g	
19	火	ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁(わかめ・絹豆腐) 鱈の塩焼き 新じゃがのそぼろ煮 おかひじきのお浸し	焼きうどん フルーツ 牛乳		米 油 じゃがいも 砂糖	味噌 絹豆腐 鱈 鶏ひき肉	わかめ おかひじき	I礼拝 - 499 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 13.3 g	
20	水	クラッカー 牛乳	バターロール 野菜スープ 鮭のムニエル トマト コールスローサラダ	おかかチーズ焼き おにぎり フルーツ 牛乳		パン 春雨 酢 ゴマ油 砂糖 小麦粉 油	鮭	チンゲン菜 人参 トマト とうもろこし キャベツ	I礼拝 - 549 kcal 蛋白質 27.0 g 脂質 15.7 g	
7 21	木	ビスケット 牛乳	御飯 味噌汁(大根・わかめ) マーボー豆腐 粉ふき芋 スナップエンドウの塩ゆで	黒糖きなこドーナツ フルーツ 牛乳		米 片栗粉 ゴマ油 じゃがいも 砂糖	味噌 赤味噌 木綿豆腐 豚ひき肉	大根 わかめ 長葱 生姜 スナップエンドウ	I礼拝 - 595 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 22.8 g	
8 22	金	クラッカー 牛乳	御飯 味噌汁(ふき・油揚げ) 松風焼き かぶと人参の煮物 小松菜のお浸し	よもぎ団子・蒸しパン フルーツ お茶 よもぎ蒸しパン 炒り子 牛乳	米 パン粉 砂糖	油揚げ 味噌 鶏ひき肉 卵 けしの実	ふき 生姜 長葱 かぶ 人参 小松菜	I礼拝 - 663 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 9.7 g		
9 23	土	せんべい お茶	御飯 味噌汁(絹豆腐・しめじ) ししゃも(乳児:鱈の塩焼き) さつまいも の甘煮 ほうれん草のお浸し	米粉のブラウニー フルーツ お茶	米 さつまいも 砂糖	絹豆腐 味噌 ししゃも(乳児:鱈)	しめじ ほうれん草	I礼拝 - 435 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 6.5 g		

行事、材料の都合などにより献立変更をすることがありますのでご了承ください。

(栄養量は幼児のもので、目安にしてください。)

朝のおやつは1～2才児に提供しています。

1・2歳は食べやすさや消化などの関係により大きさ、柔らかさ、食材などの配慮をいたします。