

2026年5月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼食	材 料 名	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	11 25	ぶりの照り焼き 肉じゃが ごはん きやべつアスパラ味噌汁	ぶり・醤油・酒・みりん・なたね油 じゃがいも・豚肉・玉ねぎ・人参・こんにやく・さやえんどう・素精糖・酒・醤油・なたね油 精白米・胚芽米 キャベツ・人参・アスパラ・味噌・煮干し	きな粉ラスク 食パン(乳・たまごなし)・素精糖・マーガリン・きな粉	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・塩昆布・上白糖・海水塩	煮込みうどん 干しうどん・豚肉・ごぼう・はくさい・長葱・にんじん・椎茸・青菜・酒・味噌・かつおだし くだもの
火	12 26	豆腐のカレー煮 きゅうりアスパラサラダ ごはん 油揚げともやしの味噌汁	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ピーマン・なたね油・カレー粉・海水塩・醤油・みりん・片栗粉 アスパラ・人参・きゅうり・キャベツ・コーン・ごま・素精糖・米酢・海水塩・なたね油 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・たまねぎ・ほうれん草・煮干し・味噌	ゼリー・野菜チップ(ズッキーニ) オレンジジュース・アガー・素精糖・ズッキーニ・薄力粉・海水塩 青のり	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	茹で豚ゴマソース・大豆煮 豚肉・キャベツ きゅうり・ごま・素精糖・味噌・大豆・にんじん・醤油 わかめごはん・すまし汁
金	13	ビビンバ	精白米・胚芽米・人参・小松菜・もやし・豚肉・ねぎ・酒・ごま油・片栗粉・ごま・素精糖・生姜・にんにく・みりん・味噌・トマトケチャップ	くだもの・牛乳 2色サンド 食パン(乳・たまごなし)・イチゴジャム・ツナ缶・きゅうり・マヨネーズ	焼肉おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま・海水塩 麦茶	魚のトマト煮・かぶとわかめの酢の物 魚 薄力粉・たまねぎ・かぶ・わかめ・ホールトマト・素精糖・海水塩
水	27	ひじきとポテトの胡麻和え 麩とほうれん草の味噌汁	ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃがいも・ごま・海水塩・素精糖 麩・ほうれん草・煮干し・味噌	くだもの・牛乳 焼きおにぎり 精白米・胚芽米・味噌・みりん	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	焼肉ごはん・スープ 魚のみそ焼き・大根の中華和え 魚・大根・きゅうり・にんじん・海水塩・素精糖・ごま油・味噌
木	14 28	スパニッシュオムレツ マカロニサラダ ごはん かぶとベーコンのスープ	豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・たまご・パセリ・にんにく・なたね油・海水塩 マカロニ・きゅうり・たまねぎ・コーン・マヨネーズ 精白米・胚芽米 ベーコン・玉ねぎ・かぶ・醤油・海水塩・かつおだし	くだもの・牛乳 スウィートポテト さつまいも・素精糖・牛乳・バター	麦茶	ゆかりごはん・味噌汁 ホークオニオンソテー・大根のそぼろ煮 豚肉・たまねぎ・だいこん・みりん・醤油・素精糖
金	1 15 29	①こいのぼりカレー ⑮⑲カレーライス ほうれん草とコーンのソテー きなこスープ	①精白米・胚芽米・豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・りんご・アスパラ・なたね油・海水塩・バター・薄力粉・カレー粉・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳・グリーンピース ⑮⑲精白米・胚芽米・豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・りんご・なたね油・海水塩・バター・薄力粉・カレー粉・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳 ほうれん草・コーン・バター・海水塩 ベーコン・しめじ・えのき・たまねぎ・なたね油・海水塩・醤油	くだもの・牛乳 パン・チーズ パン(乳・卵なし)・チーズ	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	おかかおにぎり・すまし汁
土	2 16 30	田舎うどん あけぼのポテト フルーツポンチ	うどん・豚肉・人参・ねぎ・しいたけ・ほうれん草・味噌 じゃがいも・海水塩・マヨネーズ・トマトケチャップ・素精糖 みかん缶・もも缶・素精糖・レーズン	くだもの・牛乳		
月	18	アジフライ 三色胡麻和え ごはん 豆腐となめこの味噌汁	アジ・海水塩・薄力粉・パン粉・なたね油 もやし・人参・ほうれん草・ごま・素精糖・醤油 精白米・胚芽米 豆腐・なめこ・ねぎ・味噌・煮干し	くだもの・牛乳 麩ラスク 麩・バター・グラニュー糖	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	きつねうどん・くだもの 鶏肉・油揚げ・にんじん・しいたけ・キャベツ・ほうれん草・う・じゃがいも・きゅうり 醤油・酒・海水塩・マヨネーズ・なたね油
火	19	豚肉と茄子のなべしき かぶとかいのサラダ ごはん 野菜スープ	豚肉・なす・ピーマン・味噌・素精糖・醤油・なたね油 かぶ・きゅうり・人参・カニ・マヨネーズ 精白米・胚芽米 キャベツ・玉ねぎ・しいたけ・ほうれん草・海水塩・醤油・かつおだし	くだもの・牛乳 ココアリング ココアリング(卵・乳なし)	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	マーボ豆腐・大根サラダ 豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・にんじん・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 だいこん・きゅうり・にんじん・海水塩・素精糖・米酢・ごま油 わかめごはん・すまし汁
水	20	鶏肉のトマト煮込み 大根サラダ ふりかけごはん 油揚げとかぶの味噌汁	鶏むね・玉ねぎ・なたね油 大根・人参・コーン・こまつな・ごま油・素精糖・米酢・醤油 精白米・胚芽米・ふりかけ 油揚げ・かぶ・わかめ・味噌・煮干し	くだもの・牛乳 焼うどん うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・かつお節 なたね油・バター・海水塩・醤油・ソース	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・塩昆布・上白糖・海水塩	魚の照り焼き・ほうれん草のソテー 魚・ほうれん草・コーン・醤油・酒・みりん・バター・海水塩・なたね油 もやし・きゅうり・塩蔵わかめ・ごま・醤油・米酢
木	7 21	⑦鮭のムニエル⑪肉豆腐 ⑦さつまいもの金平⑲三色和え ⑦⑲ごはん ⑦油揚げとわかめの味噌汁⑲春野菜の味噌汁	⑦鮭・薄力粉・なたね油・海水塩⑪木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・こんにやく・こまつな・素精糖・醤油・酒 ⑦さつまいも・素精糖・みりん・醤油・なたね油・人参⑲ほうれん草・人参・もやし・かつおだし・醤油・素精糖 精白米・胚芽米 ⑦油揚げ・玉ねぎ・わかめ・煮干し・味噌⑲じゃがいも・キャベツ・人参・煮干し・味噌	くだもの・牛乳 ほいくえんサブレ 薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・素精糖・なたね油	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	鶏肉のごま味噌焼き・キュウリの甘酢和え 鶏肉・きゅうり・味噌・醤油・素精糖・ごま・
金	8 22	白身魚のグラタン きゅうりのピクルス パン 野菜スープ	カレイ・じゃがいも・人参・玉ねぎ・薄力粉・バター・牛乳・海水塩・なたね油 きゅうり・大根・なたね油・ごま油・米酢・素精糖・海水塩 コッペパン(乳・たまごなし) キャベツ・たまねぎ・しいたけ・ほうれん草・海水塩・醤油・かつおだし	くだもの・牛乳 納豆ごはん 精白米・胚芽米・納豆・ねぎ・醤油・かつお節・ごま・刻み海苔	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま 焼き海苔	魚の塩焼き・じゃが芋の炒め煮 魚・じゃがいも・にんじん・海水塩・醤油・なたね油 おかかごはん・味噌汁
土	9 23	ほうとううどん こふきいも フルーツヨーグルト	うどん・鶏肉・しいたけ・かぼちゃ・ねぎ・ごぼう・油揚げ・味噌 じゃがいも・海水塩・青のり みかん缶・もも缶・レーズン	くだもの・牛乳 ジャムパン 食パン(たまご・乳なし)・ジャム	< 今月のお知らせ > 5月は連休のため、献立の並び順が変則的です。ご確認ください。 保育園では毎朝、かつおぶしからかつおだしをとっています。(献立によって煮干しだし、こんがだしも。)良い香りが朝充滿しています。	

* 乳児)エネルギー430kcal たんぱく質16.0g 脂質14.8g * 幼児)エネルギー539kcal たんぱく質21.1g 脂質18.2g

* 3時のおやつの牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。

* 園で初めて食べる食材がないようにご家庭で献立を確認してください。不明点がございましたら調理室までお声がけください。