

5月 給食献立表

令和8年

後・完了期

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	金	イエローロール(完了) ごはん(後期) ポークビーンズ サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり 麦茶	豚もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	イエローロール(完了) じゃがいも・大豆水煮 顆粒コンソメ・調合油 わかめふりかけ 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん がなしめじ・トマトホール缶 キャベツ・きゅうり・りんご	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 麦茶
2	土	中華丼 スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ・かたくり粉 自然素材のお菓子	はくさい・たまねぎ・にんじん 生しいたけ・カットわかめ りょくとうもやし	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 麦茶
4	月	みどりの日 (休園日)					
5	火	こどもの日 (休園日)					
6	水	振替休日 (休園日)					
7	木	ごはん 煮魚 ひじきサラダ みそ汁	小豆ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・乾燥ひじき 冷凍コーン・ごま油 ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ	しょうが・にんじん・きゅうり キャベツ・西洋かぼちゃ たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・煮干しだし
8	金	ドッグパン(完了) ごはん(後期) 具だくさんスープ ツナサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	ゆかりおにぎり 麦茶	鶏もも(完了) ノンオイルツナ缶 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	ドッグパン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・マヨドレ 米(後期・完了)	にんじん・たまねぎ・大根 がなしめじ・フロッコリー きゅうり・キャベツ ゆかりふりかけ	食塩・穀物酢・麦茶
9	土	チャーハン スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・ごま油・顆粒コンソメ 冷凍コーン 自然素材のお菓子	たまねぎ・青ピーマン・にんじん 生しいたけ・りょくとうもやし	こいくちしょうゆ・食塩・麦茶
11	月	ごはん たららの西京焼き 切干大根の煮物 みそ汁	ぶどうゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖 白味噌 冷凍グリーンピース さつまいも	切干しいたけ・にんじん 乾しいたけ・カットわかめ ぶどう飲料・寒天	清酒・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
12	火	ごはん すき焼き風煮 きゅうりの浅漬け みそ汁	バナナケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	焼き豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・車糖・麩 ホットケーキミックス 牛肉(完了)	白菜・にんじん たまねぎ・きゅうり えのきたけ・バナナ りょくとうもやし	こいくちしょうゆ・清酒 昆布茶・食塩 かつお・昆布だし 煮干しだし
13	水	ごはん なすと豚肉の味噌炒め(完了) なすと鶏ミンチの味噌炒め(後期) きざみのり和え みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 赤みそ・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・ごま油・かたくり粉 車糖・ホットケーキミックス	なす・たまねぎ にんじん・はくさい キャベツ・キザミソ カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ 煮干しだし
14	木	ごはん たららの味噌焼き 酢の物 すまし汁	自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・たけや味噌・車糖 自然素材のお菓子	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ	清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
15	金	丸パン(完了) ごはん(後期) 鶏肉の唐揚げ(完了) 鶏ミンチの唐揚げ(後期) ポテトサラダ スープ 牛乳(完了) ミルク(後期) お誕生会	フルーツミックス 麦茶	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	かたくり粉 調合油・じゃがいも 冷凍コーン・マヨドレ 顆粒コンソメ 米(後期) 丸パン(完了)	しょうが・たまねぎ・きゅうり にんじん・キャベツ りょくとうもやし・パイン缶 もも缶詰	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 穀物酢・みかん缶・麦茶
16	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖 自然素材のお菓子	にんじん・がなしめじ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・食塩 清酒・麦茶・煮干しだし かつお・昆布だし
18	月	ごはん たららの塩焼き ひじき煮 みそ汁	りんごゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・乾燥ひじき・車糖	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース 西洋かぼちゃ カットわかめ・りんご飲料・寒天	清酒・食塩 こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
19	火	ごはん チンジャオロース ごま和え スープ	ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・車糖・かたくり粉 顆粒コンソメ・いりごま・麩 ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・三色ピーマン にんじん・生しいたけ りょくとうもやし・キャベツ 白菜・えのきたけ	こいくちしょうゆ・食塩
20	水	ごはん たららのカレー風味焼き 春雨サラダ すまし汁	コーン蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌 普通はるさめ・マヨドレ 薄力粉・調合油 冷凍コーン	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ	清酒・カレー粉・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 ベーキングパウダー かつお・昆布だし
21	木	カレーライス さわやかサラダ 種なしブルー	ソフトきな粉クッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	きな粉 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・牛肉(完了) 顆粒コンソメ・かたくり粉 調合油・じゃがいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん がなしめじ・キャベツ・きゅうり 種無しブルー	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
22	金	ハニーロール(完了) ごはん(後期) 豆乳ンチュウ さつまいもサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	菜めしおにぎり 麦茶	鶏もも(完了) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	ハニーロール(完了) 無調整豆乳・顆粒コンソメ さつまいも・マヨドレ 菜飯ふりかけ 米(後期・完了)	西洋かぼちゃ にんじん・たまねぎ がなしめじ・フロッコリー M-TON缶詰・きゅうり ミックスベジタブル	清酒・食塩・穀物酢・麦茶
23	土	豆腐丼 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	ソフト豆腐・淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 じゃがいも・麩 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ	こいくちしょうゆ・清酒 麦茶・かつお・昆布だし 煮干しだし
25	月	ごはん たららのマヨドレ焼き きざみのり和え みそ汁	蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・マヨドレ・車糖・薄力粉 調合油	はくさい・キャベツ にんじん キザミソ・なめこ	清酒・食塩・こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 煮干しだし
26	火	ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) ゆかり和え スープ	パンケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・車糖・顆粒コンソメ ホットケーキミックス	しょうが・たまねぎ・はくさい きゅうり・にんじん ゆかりふりかけ・キャベツ パイン缶	こいくちしょうゆ・清酒・食塩
27	水	ごはん たららの照り焼き おかか和え みそ汁	フライドポテト 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・かつお節 ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・麩 じゃがいも・調合油	しょうが・キャベツ・大根・きゅうり にんじん・たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩 煮干しだし
28	木	牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	ソフト黒ゴマクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・牛肉(完了)・車糖 さつまいも ホットケーキミックス いりごま・すりごま	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・がなしめじ	こいくちしょうゆ・清酒 煮干しだし かつお・昆布だし
29	金	食パン(完了) ごはん(後期) ポトフ 大豆サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	五平餅おやき 麦茶	鶏もも(完了) 赤みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	食パン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ・大豆水煮 マヨドレ・車糖・たけや味噌 すりごま 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん がなしめじ・フロッコリー キャベツ・きゅうり・りんご	食塩・穀物酢・清酒・麦茶
30	土	運動会(弁当日)	自然素材のお菓子 麦茶		自然素材のお菓子		麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
425 kcal	17.8 g	12.3 g	64.4 g	192 mg	1.7 mg	192 μg	0.31 mg	0.29 mg	24 mg	1.5 g

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は100ccを飲んでいただきます。
- ・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。