



令和8年5月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
1 金	☆ こどもの 日給食☆	昼食 こいのぼりオムライス すまし汁 シーザーサラダ 黄桃缶	米 麩	卵 鶏ひき肉 絹豆腐 ベーコン 粉チーズ	人参 玉ねぎ ブロッコリー 人参 黄桃缶	エネルギー528kCal たんぱく質18g 脂 質 22.9g カルシウム 226mg 食塩相当量 2.2g
	午後おやつ	牛乳 こどもの日デザート		牛乳	こどもの日デザート	
7 木	18 月	昼食 ご飯 味噌汁 チキンカツ 大根サラダ 洋梨缶	米	油揚げ チキンカツ	たまねぎ 大根 きゅうり にんじん 洋梨缶	エネルギー490kCal たんぱく質 21.0g 脂 質 11.2g カルシウム 165mg 食塩相当量 2.0g
	午後おやつ	牛乳 カスタードワッフル	カスタードワッフル	牛乳		
8 金	26 火	昼食 ふりかけご飯 すまし汁 赤魚の煮つけ ポテトサラダ フルーツカクテル缶	米 じゃがいも	赤魚 魚肉ソーセージ	ふりかけ わかめ ねぎ にんじん きゅうり フルーツカクテル缶	エネルギー393kCal たんぱく質 16.4g 脂 質 7.9g カルシウム 109mg 食塩相当量 0.9g
	午後おやつ	野菜ジュース バニラパバロア		牛乳	野菜ジュース	
11 月	29 金	昼食 二色ご飯 味噌汁 小松菜の和え物 オレンジ	米	卵 鶏ひき肉 豆腐	グリーンピース なめこ 小松菜 にんじん オレンジ	エネルギー 607kCal たんぱく質 24.7g 脂 質 19.8g カルシウム255mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳		
12 火	22 金	昼食 そばろパン コンソメスープ チーズはんぺんフライ キャベツのおかか和え パイン缶	ロールパン	チーズはんぺんフライ	はくさい にんじん きゃべつ にんじん きゅうり パイン缶	エネルギー 388kCal たんぱく質 14.0g 脂 質 11.0g カルシウム 90mg 食塩相当量 2.9g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき	やわらかおかき			
13 水	28 木	昼食 ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 きゅうりとツナのサラダ 白桃缶	米	豆腐 豚ひき肉 ツナ	えのき コーン ねぎ きゅうり もやし 白桃缶	エネルギー 553kCal たんぱく質 18.6g 脂 質 18.8g カルシウム 104mg 食塩相当量 2.5g
	午後おやつ	麦茶 フライドポテト	フライドポテト			
14 木	昼食	ミートスパゲティー コンソメスープ ほうれん草の胡麻和え バナナ	スパゲティー	豚肉 ツナ	大根 あさつき ほうれん草 にんじん バナナ	エネルギー 496kCal たんぱく質 19.5g 脂 質 17.0g カルシウム 204mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	牛乳 アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	牛乳		
15 金	25 月	昼食 ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の煮びたし リンゴ缶	米	鶏肉 さつま揚げ	かぼちゃ「にんじん」 マーマレード 小松菜 にんじん リンゴ缶	エネルギー468kCal たんぱく質 19.8g 脂 質 10.8g カルシウム 228mg 食塩相当量 1.6g
	午後おやつ	牛乳 プチクレープ	プチクレープ	牛乳		
19 火	昼食	カレーライス ナゲット カリフラワーサラダ ピーチゼリー	米 じゃがいも	豚肉 ナゲット ベーコン	たまねぎ にんじん カリフラワー ブロッコリー にんじん ピーチゼリー	エネルギー 594kCal たんぱく質 18.1g 脂 質 26.0g カルシウム 172mg 食塩相当量 1.6g
	午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ	ソフトクレープ	牛乳		
20 水	昼食	醤油ラーメン 餃子 小松菜の胡麻和え リンゴゼリー	ラーメン ごま	豚肉 餃子 ちくわ	もやし 人参 小松菜 にんじん リンゴゼリー	エネルギー 525kCal たんぱく質 17.8g 脂 質 10.2g カルシウム 207mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき	やわらかおかき			
21 木	昼食	ふりかけご飯 味噌汁 魚の照り焼き 人参しりしり みかん缶	米 じゃがいも ごま	赤魚 ツナ	もやし にんじん みかん缶	エネルギー 606Cal たんぱく質 23.0g 脂 質 12.5g カルシウム 207mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	牛乳 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳		
27 水	☆ お誕生 日給食☆	ロールパン ポトフ ブロッコリーサラダ ストロベリーゼリー	ロールパン じゃがいも	ウインナーソーセージ ハム	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー 人参 コーン ストロベリーゼリー	エネルギー 489Cal たんぱく質 12.9g 脂 質 15.9g カルシウム 97mg 食塩相当量 1.4g
	午後おやつ	ヤクルト ケーキ	ケーキ	ヤクルト		

※おやつ 5月4日(月)たまごボーロ 5日(火)ベジたべる 6(水)サッポロポテト
16(土)どうぶつビスケット 30(土)アンパンマンせんべい
※マヨネーズは、たまご・乳不使用タイプになります。

