

給食献立表 5月



令和8年度
【3歳以上児】
西保育園

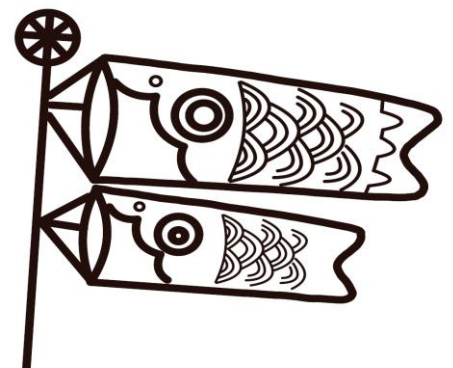
日付	曜日	献立名	材料名(昼食と☆手作りおやつ)			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの			
1	金	ご飯 こどもの日ハンバーグ 焼き木和え こいのぼりデザート	米、こどもの日デザート、こま	こいのぼり型ハンバーグ、蒲鉾	にんじん、きゅうり、ひじき	牛乳 しょうゆせんべい	
2	土	クリームシチューライス 野菜ゼリー	米、じゃがいも、油、野菜ゼリー	鶏もも肉	たまねぎ、にんじん	お茶 塩せんべい	
7	木	ポークカレーライス コールスローサラダ オレンジ	米、じゃがいも、コールスロードレッシング、押麦、米粉でつくったやさしいたこ焼き、油	豚もも肉、国産鶏ささみフレーク、牛乳	たまねぎ、キャベツ、オレンジ、にんじん、きゅうり	牛乳 ☆米粉たこ焼き	
8	金	ご飯 マグロカツ 春雨サラダ 野菜ゼリー	米、ノンエッグマヨネーズ、油、はるさめ、	国産鶏ささみフレーク、マグロカツ	にんじん、きゅうり	牛乳 【お楽しみおやつ】	○お楽しみおやつ どきどき、わくわく、 何が出るのかお楽しみ！
9	土	じゃがいも入り豚丼 一口ゼリー	米、じゃがいも、糸こんにゃく、上白糖、油	豚もも肉、だし	たまねぎ、にんじん、ねぎ	お茶 しょうゆせんべい	
11	月	ご飯 たれ付きから揚げ 人参マリネサラダ	米、ホットケーキミックス、片栗粉、油、上白糖、こま、米油	鶏もも肉、国産鶏ささみフレーク、牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり	牛乳 ☆いちご蒸しパン	
12	火	ミルクロールパン チキンのトマト煮込み 青じそサラダ 丸いチーズ	ブロックゼリー、じゃがいも、青じそドレッシング、ミルクロールパン、上白糖	鶏もも肉、ツナフレーク、丸いチーズ	ミックスフルーツ(パイナップル、黄桃)、たまねぎ、キャベツ、トマト缶、インゲン、にんじん、きゅうり、しめじ	お茶 ☆フルーツのゼリー和え	
13	水	ご飯 鯖の味噌煮 酢の物	米、上白糖	しらす干し、赤みそ、骨なしさば	キャベツ、にんじん、ねぎ、しょうが、わかめ	牛乳 カルテツウエハース	
14	木	他人丼 白みそ汁 一口ゼリー	じゃがいも、油、チーズボール、上白糖、片栗粉、米	豚もも肉、卵、白みそ、煮干し、だし	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、みつば、わかめ、干しいたけ、切りのり	牛乳 ☆チーズボール	○他人丼 親子丼は鶏肉ですが、 他人丼は豚肉で作ります。
15	金	ごはん 鶏の味噌漬け焼き グリーンサラダ コンソメスープ	米、上白糖、米油	鶏もも肉、国産ポークハム、白みそ	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、グリーンアスパラガス、にんじん	牛乳 塩せんべい	
16	土	ハヤシライス オレンジ	米、じゃがいも、ハヤシフレーク、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじん	お茶 ソフトせんべい	

※献立は、食品の栄養成分と体内作用を考慮して、三色食品群で分類しています
※食材料等の都合で献立変更する場合があります
※☆印は手作りおやつです

イラスト：株式会社アダム わんぱくランチWeb

こどもの日

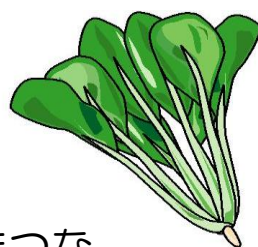
5月5日は、こどもの成長と健康を願う日です。
災厄を避けるために、兜やこいのぼりを飾り、柏餅やちまきを食べてお祝いをします。
柏の葉は新しい芽が出るまで古い葉が落ちないため、「跡継ぎが絶えない(子孫繁栄)」という縁起物です。



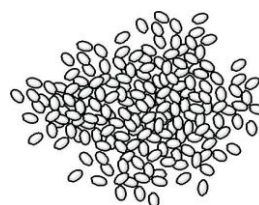
日付	曜日	献立名	材料名(昼食と☆手作りおやつ)			10時おやつ 3時おやつ(☆は手作り)	MEMO
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
18	月	ご飯 マーボー春雨 キャベツの中華和え	米、ソイレパール、玄米米粉、はるさめ、塩中華ドレッシング、コーンスターチ、三温糖、上白糖、油、片栗粉、ごま油	鶏ひき肉、蒲鉾、赤みそ	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり、ねぎ、インゲン	牛乳 ☆豆乳米粉クッキー	
19	火	ご飯 高野豆腐のそぼろ煮 鶏肉のゴマ味噌和え	米、上白糖、片栗粉、ごま、油	鶏ひき肉、国産鶏ささみフレーク、こうや豆腐、白みそ、だし	たまねぎ、大口町産こまつな、にんじん、キャベツ、インゲン、干しいたけ	お茶 ヨーグルト	
20	水	ごはん あじのネギソース 納豆和え	米、片栗粉、油、上白糖、ごま油	納豆、骨なしあじ	キャベツ、大口町産こまつな、ねぎ、にんじん	牛乳 しょうゆせんべい 揚げせいんべい	
21	木	カレーうどん パイナップルサラダ バナナ	うどん、上白糖、油、米油	豚もも肉、油揚げ、だし	たまねぎ、キャベツ、バナナ、パインシロップ漬、にんじん、きゅうり、ねぎ	飲むヨーグルト 塩せんべい	○パイナップルサラダさわやかな酸味のパイナップルが入った、子どもたちにも人気のサラダです。
22	金	ごはん チキンカツ コーンクリームーサラダ オレンジ	米、コーンクリームードレッシング、油	ツナフレーク、国産鶏肉チキンカツ	キャベツ、オレンジ、大口町産こまつな、にんじん	牛乳 ビスケット	
23	土	カレーライス オレンジ	米、じゃがいも、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじん	お茶 甘辛せんべい	
25	月	ご飯 魚の野菜あんかけ 胡麻ドレサラダ フルーツゼリー	おつゆ鮫、油、ソイレパール、上白糖、片栗粉、米、フルーツゼリー、ごまドレッシング	ホキ、国産鶏ささみフレーク、だし	キャベツ、インゲン、大口町産こまつな、にんじん、たまねぎ	牛乳 ☆麩のシュガーラスク	
26	火	焼きそば 豆腐ブレッド フルーツヨーグルト	豆腐フレッド、焼きそば	豚ばら肉、蒲鉾、ヨーグルト	キャベツ、たまねぎ、そらまめ、国産みかんシロップ漬、黄桃ダイスシロップ漬、パインシロップ漬、ピーマン、にんじん、あおのり	牛乳 ☆ゆでそら豆 甘辛せんべい	○そら豆子ども達が大好きな絵本に出てくるそら豆を、おやつにいただきます。
27	水	ひじきご飯 納豆汁 オレンジ	米、じゃがいも、押麦、上白糖、油	鶏むね肉、納豆、油揚げ、合わせみそ、煮干し	だいこん、キャベツ、オレンジ、にんじん、ねぎ、ひじき、干しいたけ	牛乳 パイ菓子	
28	木	カレーピラフ 春雨スープ 一口チーズ	米、押麦、はるさめ、玄米米粉、オリブ油、米油、三温糖、油	鶏むね肉、クリームチーズ、一口チーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ピーマン、ねぎ、マッシュルーム、干しぶどう	野菜ソース ☆米粉のカップチーズケーキ	○誕生会5月生まれのみなさん、おめでとうございます。
29	金	ご飯 厚揚げの和風煮 こまつなのおかか和え	米、上白糖、油	絹揚げ、豚もも肉、だし、花かつお	大口町産こまつな、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、インゲン	牛乳 ごまパン	
30	土	じゃがいも入り鶏丼 オレンジ	米、じゃがいも、糸こんにゃく、上白糖、油	鶏もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ねぎ	お茶 甘辛せんべい	

保育園給食の地産地消

給食で使ってる
大口町産の食材



こまつな



こめ



麦茶

保育園では、積極的に地元の食材を使っています。

※大口町でとれた麦を多く使った麦茶