# 令和８年５月　献立予定表

バンビ保育園梅島園

| 日 | 曜日 | 昼食<br>間食 | 食材<br>血や肉を作るもの（赤） | 熱や力となるもの（黄） | 体の調子をよくするもの（緑） | その他<br>調味料等 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 11<br>25 | 月 | きつねうどん<br>ごぼうサラダ　果物 | 油揚げ,わかめ,鶏肉 | 干しうどん,三温糖<br>白砂糖,ごま油 | 青菜,人参,葱<br>ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,ごぼう,人参　果物 | みりん,醤油塩,かつお節,出し昆布,かつお節<br>塩,酢 |
| | | 牛乳/ゆかりおにぎり | 牛乳/ | /米 | / | /ゆかりふりかけ |
| 12<br>26 | 火 | ご飯<br>生揚げのみそ炒め<br>清汁　果物 | 生揚げ,みそ,豚肉<br>わかめ,かまぼこ・紅 | 米<br>片栗粉,白砂糖,ごま油 | 生姜,玉葱,にら,人参,ﾆﾝﾆｸ,もやし<br>大根,葉葱　果物 | 酒,みりん,醤油,塩<br>醤油,塩,かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/そら豆ポテトフライ | 牛乳/青のり | /じゃが芋,片栗粉,油 | /そらまめ | /塩 |
| 13<br>27 | 水 | ご飯<br>魚の照り焼き<br>甘酢漬<br>さつま汁　果物 | 魚（鮭）<br>みそ,鶏肉 | 米<br>白砂糖<br>さつま芋,油 | 胡瓜,大根,人参<br>玉葱,人参　果物 | 酒,みりん,醤油<br>塩,酢<br>かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/いちごミルククッキー | 牛乳/ｽｷﾑﾐﾙｸ | /小麦粉,白砂糖,いちごｼﾞｬﾑ,ﾊﾞﾀｰ | / | /ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ |
| 14<br>28 | 木 | ご飯<br>鶏肉の香り焼き<br>青菜のごま和え<br>みそ汁　果物 | 鶏肉<br>生揚げ,みそ | 米<br>三温糖,白ごま<br>油 | 生姜,葱<br>青菜,人参,もやし<br>玉葱,人参,葉葱　果物 | 酒,醤油<br>醤油<br>かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/ジャムサンド | 牛乳/ | /食パン,ブルーベリージャム | / | / |
| 1<br>15 | 金 | 豆腐ブレッド<br>ポークチャップ<br>コールスローサラダ<br>チキンスープ　果物 | 豚肉<br>鶏肉 | 豆腐ブレッド<br>白砂糖,油<br>白砂糖 | 玉葱<br>ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,人参,ﾚﾓﾝ果汁<br>えのきたけ,小松菜　果物 | 酒,ｳｽﾀｰｿｰｽ,醤油,塩,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ<br>塩<br>醤油,塩,かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/切干大根おにぎり | 牛乳/油揚げ | /米,三温糖,油 | /切干大根,人参 | /醤油 |
| 29 | 金 | ご飯<br>豚肉の生姜焼き<br>青菜のツナ和え<br>みそ汁　果物 | 豚肉<br>ﾂﾅ缶<br>みそ | 米<br>白砂糖,油<br>白砂糖,ごま油 | 生姜,玉葱<br>青菜,人参,もやし<br>大根,玉葱　果物 | 酒,醤油,塩<br>醤油,酢<br>かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/お麩ラスク | 牛乳/ | /焼き麩,グラニュー糖,バター | | |
| 2<br>16<br>30 | 土 | 鶏すき丼<br>塩昆布和え<br>みそ汁　果物 | 焼き豆腐,鶏肉<br>塩昆布<br>みそ | 米,白砂糖,油<br>ごま油 | 玉葱,人参<br>胡瓜,人参,もやし<br>南瓜,葱　果物 | 醤油,かつお節,だし昆布<br>塩<br>かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/ビスケット/果物 | 牛乳// | /ﾋﾞｽｹｯﾄ/ | /果物（バナナ） | // |
| 18 | 月 | 豚肉の甘辛炒め丼<br>キャベツのナムル<br>清汁　果物 | 豚肉<br>わかめ | 米,白砂糖,ごま油<br>白砂糖,ごま油<br>玉ふ | 玉葱,人参,ﾆﾝﾆｸ,もやし<br>ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,人参<br>大根,葱　果物 | 酒,みりん,醤油,塩<br>醤油,酢<br>醤油,塩,かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/キャロットゼリー/せんべい | 牛乳// | /白砂糖/せんべい | /人参,オレンジｼﾞｭｰｽ(100%),粉寒天,ﾚﾓﾝ果汁/ | // |
| 19 | 火 | ごぼうドライカレー<br>彩りサラダ<br>もやしと豆腐のスープ　果物 | 鶏肉<br>ﾛｰｽﾊﾑ<br>豆腐 | 米,油<br>じゃが芋,白砂糖,油 | ごぼう,生姜,玉葱,人参,ﾆﾝﾆｸ,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ<br>玉葱,人参,ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗ<br>葉葱,もやし　果物 | 中濃ｿｰｽ,塩,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,ｶﾚｰ粉<br>塩,酢<br>醤油,塩,かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/きなこトースト | 牛乳/きな粉 | /白砂糖,ﾊﾞﾀｰ,食パン | / | / |
| 20 | 水 | 肉野菜麺<br>じゃが芋の甘辛煮　果物 | 豚肉 | 中華麺,ごま油<br>じゃが芋,三温糖,油 | ｷｬﾍﾞﾂ,生姜,玉葱,人参,ﾆﾝﾆｸ<br>ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ冷　果物 | 醤油,塩,かつお節,出し昆布<br>みりん,醤油 |
| | | 牛乳/たけのこごはん | 牛乳/油揚げ,鶏肉 | /米,白砂糖,油 | /たけのこ水煮,人参 | /醤油,かつお節 |
| 7 | 木 | さばカレーライス<br>キャロットサラダ<br>豆腐とわかめのスープ　果物 | さば水煮缶<br>わかめ | 米,小麦粉,じゃが芋,油,バター<br>白砂糖,油<br>豆腐 | ニンニク,生姜,玉葱,人参,トマトピューレ<br>人参,玉葱,ホールコーン冷<br>玉葱　果物 | 中農ソース,塩,カレー粉,ローリエ<br>塩,酢<br>塩,醤油かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/クラッカージャムサンド | 牛乳/ | /クラッカー,いちごジャム | / | |
| 21 | 木 | ★お誕生日会☆彡<br>ピラフ<br>マーマレードチキン<br>大根のちりめんサラダ<br>ベーコンスープ　果物 | 鶏肉<br>ちりめんじゃこ,焼きのり<br>ベーコン | 米,油,バター<br>マーマレード<br>油,白砂糖<br>油 | ホールコーン冷,玉葱,人参,グリーンピース冷<br>ニンニク<br>大根,人参,小松菜<br>玉葱,しめじ　果物 | 塩,醤油<br>酒,醤油<br>酢,塩,醤油<br>塩,醤油,かつお節,出し昆布,ローリエ |
| | | 牛乳/ココアバナナカップケーキ | 牛乳/調整豆乳 | /小麦粉,白砂糖,粉糖,油 | /バナナ | /ピュアココア,ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ |
| 8<br>22 | 金 | 食パン<br>魚のバーベキューソースかけ<br>スティック胡瓜と人参甘煮<br>お豆のスープ　果物 | 魚（かれい）<br>大豆水煮缶,ｳｲﾝﾅｰ | 食パン<br>片栗粉,三温糖,ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ,油<br>三温糖 | 玉葱<br>胡瓜,人参<br>青菜,玉葱,人参　果物 | 酒,醤油,塩<br>塩<br>醤油,塩,かつお節,だし昆布,ローリエ |
| | | 牛乳/スイートポテト | 牛乳/牛乳,生ｸﾘｰﾑ | /さつま芋,白砂糖,ﾊﾞﾀｰ | / | / |
| 9<br>23 | 土 | ツナそぼろ丼<br>ひじきサラダ<br>みそ汁　果物 | ﾂﾅ缶<br>大豆水煮缶,干しひじき,ﾛｰｽﾊﾑ<br>みそ | 米,白砂糖,ごま油<br>白砂糖,ごま油<br>じゃが芋 | ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ冷,生姜,切干大根,玉葱,人参,ﾆﾝﾆｸ<br>ホールコーン冷,人参<br>玉葱　果物 | 酒,醤油,かつお節,だし昆布<br>醤油,塩,酢<br>かつお節,だし昆布 |
| | | 牛乳/果物/源氏パイ | 牛乳/ | /源氏パイ | /果物（バナナ） | // |

今月の平均栄養価　3歳未満児：エネルギー　512kcal　たんぱく質：　22.6ｇ　脂質：　16.6ｇ　食塩相当量：　1.5ｇ※1・2歳クラスは毎日１０時に牛乳を７０ml飲んでいます。
3歳以上児：エネルギー583 kcal　たんぱく質：　25.5ｇ　脂質：　17.4ｇ　食塩相当量：　1.7ｇ

○今月の使用予定魚：鮭・かれい・さば水煮缶・ちりめんじゃこ

○今月の使用予定果物：美生柑・清見オレンジ・あまなつみかん・バナナ・みかん缶・もも缶（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○12・26（火）…そら豆、　19（火）…アスパラガス、　20（水）…たけのこの水煮使用します。

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

○献立表の食材を確認し、家庭で食べたことがない食品がありましたら、事前に担任までお知らせください。