



5月 給食献立表

(3~5歳児)



令和8年5月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 蝦名 久美子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)
1 金	《誕生会》 たけのごはん・こいのほりバーグ・吹き流しサラダ 花麩のみそ汁・りんごゼリー	ハンバーグ もやし カニカマ 錦糸卵 花麩 大根 長ねぎ	おかし 牛乳	410
2 土	豚丼・ポテトサラダ・もやしのみそ汁	豚肩ロース肉 玉ねぎ 生姜 ポテトサラダ もやし 人参	おかし 牛乳	435
4 月	みどりの日			
5 火	こどもの日			
6 水	振替休日			
7 木	カルボナーラ風スパゲッティ・五目中華スープ・ソファール	スパゲッティ ベーコン 鶏卵 チンゲン菜 しいたけ	メロンパン 牛乳	380
8 金	ごはん・たらの竜田揚げ・バンバンジーサラダ・けんちん汁	たら切身 もやし きゅうり 蒸し鶏 大根 里芋水煮	ババロア 麦茶	409
9 土	ごはん・そぼろ入り卵焼き・ひじきの炒め煮・はんぺんのみそ汁	鶏卵 鶏挽肉 チーズ 人参 ひじき 糸こんに はんぺん	おかし 牛乳	361
11 月	ポークカレーライス・わかめの酢の物・白ぶどうジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり	おかし 牛乳	460
12 火	☆いもうえの日 ごはん・じゃがいものカントリー煮・ブロッコリーのマヨ和え・かき玉みそ汁	鶏もも肉 じゃがいも ちくわ ブロッコリー 鶏卵 長ねぎ	チーズドッグ 牛乳	411
13 水	グラタントースト・豆腐のツナサラダ・チキンスープ・バナナ	食パン ベーコン 玉ねぎ チーズ 木綿豆腐 ミニトマト	おかし 牛乳	379
14 木	ごはん・生揚げのケチャップ煮・里芋のおかか和え・若竹みそ汁	生揚げ ウインナー 玉ねぎ 里芋水煮 たけのこ水煮	おかし ジョア	382
15 金	山菜うどん・ちくわの磯辺揚げ・牧場の朝ヨーグルト	うどん 鶏もも肉 なめこ ぜんまい水煮 ちくわ 大根	クロワッサン 牛乳	371
16 土	ごはん・和風きんぴら包み焼き・すき昆布の炒め煮・油揚げのみそ汁	和風きんぴら包み焼き 糸こんに すき昆布 油揚げ 小松菜	おかし 牛乳	365
18 月	ハヤシライス・春雨サラダ・野菜ジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 カニカマ	おかし 牛乳	470
19 火	コッパン・ロールキャベツ・ミニトマトのチーズサラダ・コーンポタージュ	コッパン ロールキャベツ ミニトマト チーズ コーン	菜めし おにぎり 麦茶	459
20 水	ごはん・白身魚フライ・切り干し大根の炒め煮・玉ねぎの豚汁	白身魚フライ 切干大根 油揚げ 玉ねぎ 豚肩ロース肉	恐竜の卵 牛乳	406
21 木	スペシャル納豆ごはん・ひじき入り卵焼き・無限もやしサラダ 中華風みそスープ	納豆 魚肉ソーセージ 卵焼き ほうれん草 なら 木綿豆腐	おかし ヨーグル ジョイ	464
22 金	塩焼きそば・ふわ玉ポトフ・フルーチェ	中華麺 豚肩ロース肉 人参 鶏卵 じゃがいも しめじ	あんパン 牛乳	380
23 土	ごはん・野菜いろいろ肉団子・マカロニサラダ・高野豆腐のみそ汁	肉団子 マカロニ きゅうり チーズ 高野豆腐 白菜	おかし 牛乳	388
25 月	ごはん・キーマシチュー・きゅうりの中中華サラダ・オレンジジュース	鶏挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 きゅうり 塩蔵わかめ	おかし 牛乳	459
26 火	たまごサンド・鶏肉のトマトソースがけ・ジュリアンサラダ・牛乳	食パン 鶏卵 鶏もも肉 トマト缶 キャベツ コーン	型抜き シアチーズ 麦茶	443
27 水	ごはん・あじの蒲焼き・小松菜の千草和え・ごまみそ汁	あじ切身 小松菜 油揚げ 木綿豆腐 豚挽肉 長ねぎ	おかし ミルージュ	385
28 木	みそラーメン・ポークしゅうまい・ぶどうヨーグルト	中華麺 豚挽肉 なると もやし 人参 肉しゅうまい	イチゴ スペシャル 牛乳	409
29 金	☆絵本おやつの日『じゃがいもひめとさつまいもひめ』 中華丼・リャンバンサンスー・なすのみそ汁	豚肩ロース肉 白菜 玉ねぎ 春雨 錦糸卵 ロースハム	フライドポテトと フライドおさつ 牛乳	378
30 土	ごはん・炒り豆腐・チンゲン菜のじゃこ和え・なめこ汁	木綿豆腐 ひじき 油揚げ チンゲン菜 しらす干し なめこ	おかし 牛乳	370

くねらい)

・三色食品群について知り、栄養バランスよく食べる。

※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。