



5月 献立表



令和8年

大網木の花幼稚園

日曜	献立名 昼食	kcal	あか	きいろ	みどり	その他
			体をつくる 血の中になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 金	【立夏 こどもの日】赤飯 すまし汁 ごまいり和風チキンローフ ほうれん草のおかか和え バナナ 牛乳	486	小豆 鶏肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	米 もち米 ごま パン粉 片栗粉	干しいたけ キヤベツ わかめ 昆布 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし バナナ	水 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ
7 木	ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ チーズ 牛乳	526	鶏肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 切干大根 コーン	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
12 火	ご飯 ベーコンと野菜のスープ コロッケ マカロニサラダ パイナップル 牛乳	537	ベーコン 牛乳	米 コロッケ 油 片栗粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	キャベツ 人参 コーン パイナップル	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース
13 水	タコライス コンソメスープ チンゲン菜のサラダ バナナ 牛乳	513	豚肉 チーズ 牛乳	米 油 じゃが芋 砂糖	にんにく キヤベツ トマト 玉ねぎ わかめ チンゲン菜 大根 人参 バナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 穀物酢
14 木	ご飯 味噌汁 手作りがんもどき なめたけ和え チーズ 牛乳	493	味噌 木綿豆腐 鶏肉 チーズ 牛乳	米 さつまいも 小切麩 砂糖 片栗粉 油	干しいたけ 水菜 昆布 ひじき 人参 長ねぎ 白菜 ほうれん草 なめ菜	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 万能つゆ
15 金	焼きそば 中華スープ トマトドレッシングサラダ オレンジ 牛乳	464	豚肉 厚揚げ 牛乳	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり 干しいたけ 大根 きゅうり オレンジ	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ トマトドレッシング
18 月	玄米入りご飯 味噌汁 たららのコーンマヨネーズ焼き ごぼうのきんぴら チーズ 牛乳	491	高野豆腐 味噌 たらら さつまいも チーズ 牛乳	米 玄米 ノンエッグマヨネーズ ごま油 ごま	干しいたけ 白菜 小松菜 昆布 コーン パセリ ごぼう しらたき 人参 グリンピース	水 料理酒 塩 万能つゆ
19 火	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のトマトソースがけ キャベツのサラダ バナナ 牛乳	483	鶏肉 牛乳	米 薄力粉 油 砂糖	人参 玉ねぎ フロccoli ダイズトマト キヤベツ バナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢
20 水	手作りお弁当の日					
21 木	【小満】わかめご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 野菜の和え物 オレンジ 牛乳	461	味噌 鶏肉 牛乳	米 片栗粉 油	わかめご飯の素 干しいたけ 大根 わかめ もやし 昆布 しょうが 白菜 きゅうり 人参 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 万能つゆ
22 金	麦ご飯 キーマカレー 人参ドレッシングサラダ パイナップル 牛乳	548	豚肉 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油	玉ねぎ 人参 大根 小松菜 コーン パイナップル	水 カレールウ 人参ドレッシング
25 月	ご飯 根菜汁 かれの味噌焼き スパゲティサラダ チーズ 牛乳	462	かれい 味噌 チーズ 牛乳	米 ごま油 砂糖 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ ごぼう 大根 人参 長ねぎ 昆布 コーン	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒
26 火	ちゃんぽん風焼きうどん コンソメスープ 中華ドレッシング和え パイナップル 牛乳	456	豚肉 焼き竹輪 牛乳	うどん 油 ごま油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 キヤベツ しめじ わかめ もやし 小松菜 パイナップル	チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 水 穀物酢
27 水	ご飯 味噌汁 あじの竜田揚げ 納豆和え オレンジ 牛乳	480	味噌 あじ 納豆 牛乳	米 さつまいも 小切麩 片栗粉 油	干しいたけ 万能ねぎ 昆布 にんにく しょうが 白菜 人参 ほうれん草 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒
28 木	ご飯 春雨スープ マーボー豆腐 甘酢和え バナナ 牛乳	455	木綿豆腐 豚肉 味噌 牛乳	米 春雨 ごま油 油 砂糖 片栗粉	干しいたけ チンゲン菜 長ねぎ しょうが にんにく キヤベツ 人参 きゅうり バナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 塩
29 金	丸パン コーンスープ スパニッシュオムレツ 小松菜とツナのソテー パイナップル 牛乳	520	鶏卵 かつおフレーク 牛乳	丸パン じゃが芋 油	玉ねぎ コーン フロccoli トマト 小松菜 もやし 人参 パイナップル	水 シチューフレーク チキンスープの素 トマトケチャップ 塩

※赤字・青字はアレルギー対応食
 ※赤字・代替食
 ※青字・除去食

★今月の平均給与栄養量★					
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
初 目 録 量	450	18.5	16.6	200	1.4
児 平 均 量	492	19.8	17.8	282	1.4

★園の給食では栄養豊富でおいしい「金芽米」を使用しています。