

令和 8 年度		 5 月 予 定 献 立 表		  高野保育園				
日	曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ	
				主食	追加	10時		
1	金	ハンバーグ 添え野菜 すまし汁 ポテトサラダ ミニデザート	合挽肉 玉葱 卵 豆腐 パン粉 ケチャップ 胡瓜 ワカメ 筍 えのき 人参 蒲鉾 三つ葉 煮干し 醤油 じゃが芋 ツナ アスパラ 人参 コーン マヨドレ ミニ豆乳プリン	飯	白す干し	牛乳 ウエハース	よもぎクッキー 3未) クッキー	
2	土	卵とじうどん フルーツ 牛乳	干めん 卵 鶏肉 蒲鉾 玉葱 人参 椎茸 三つ葉 煮干し みりん 醤油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい	
3 5 6	日 水	ゴールデンウィーク						
7	木	豆腐のステーキカレーあんかけ 牛乳 ★煮干しカリント バンサンスー	豆腐 小麦粉 オリーブ油 合挽肉 玉葱 人参 葱 カレー粉 コンソメ 片栗粉 牛乳 煮干し ごま 砂糖 春雨 ハム 卵 胡瓜 人参 もやし ごま油 酢	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	プリンアラモード	
8	金	魚の香草パン粉焼き 添え野菜 みそ揚げポテト キャベツの甘酢	白身魚 ニンニク マヨドレ 赤ピーマン パセリ 粉チーズ パン粉 ブロッコリー じゃが芋 油 みそ 砂糖 ごま キャベツ 鶏ササミ 人参 胡瓜 酢 砂糖	パン	牛乳	ヨーグルト	豆ごはん おにぎり	
9	土	肉うどん フルーツ 牛乳	干めん 牛肉 玉葱 しいたけ 人参 三つ葉 煮干し かつお みりん しょうゆ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい	
11	月	バーベキューチキン 添え野菜 牛乳 卵の花炒り スナッpentウのサラダ	鶏もも肉 パイン缶 玉葱 生姜 ケチャップ ソース もやし 牛乳 おから ちくわ 人参 椎茸 葱 醤油 スナッpentウ ハム 卵 胡瓜 キャベツ 赤ピーマン マヨネーズ	パン	チーズ	ヨーグルト	きつねうどん	
12	火	鮭のムニエルタルソース 添え野菜 味噌汁 ごま和え プルーン	鮭 小麦粉 オリーブ油 卵 玉葱 ピクルス レモン汁 マヨネーズ ブロッコリー 豆腐 じゃが芋 玉葱 油揚げ ワカメ 葱 みそ 小松菜 もやし 人参 胡瓜 鶏ササミ ごま プルーン	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	フレンチトースト	
13	水	 春の遠足(お弁当の日) 					フルーツ	3未)乳酸菌アップル お菓子
14	木	スペイン風オムレツ アスパラベーコンソテー 海藻サラダ	卵 合挽肉 玉葱 じゃが芋 チーズ トマト缶 ピーマン 生クリーム アスパラ ベーコン 玉葱 キャベツ バター コンソメ 海藻ミックス ワカメ ツナ 胡瓜 人参 コーン 青じそドレッシング	飯	ふりかけ	100%ジュース ボーロ	蒸しパン	
15	金	栄養揚げ 添え野菜 煮豆 おひたし	魚すり身 卵 豆腐 玉葱 筍 人参 椎茸 ひじき 生姜 葱 片栗粉 油 もやし うずら豆 砂糖 小松菜 キャベツ 胡瓜 人参 蒲鉾 かつお節 醤油	パン	牛乳	ゼリー	お好み焼き	
16	土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 豚肉 平天 キャベツ もやし 人参 コーン 葱 煮干し みりん しょうゆ コンソメ 鶏がら ごま油 バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい	
18	月	鶏肉のごま味噌焼き 添え野菜 スパゲティナポリタン 納豆和え	鶏もも肉 みそ 砂糖 醤油 ごま ブロッコリー 干スパゲティ ベーコン 玉葱 しめじ トマト缶 ピーマン ケチャップ 挽割納豆 キャベツ 小松菜 もやし 胡瓜 人参 かつお節	パン	牛乳	100%ジュース 昆布	レースンサンド	
19	火	魚のソテー甘酢あんかけ 南瓜のそぼろ煮 かみかみサラダ	白身魚 酒 塩 小麦粉 サラダ油 玉葱 人参 椎茸 酢 砂糖 醤油 南瓜 鶏ミンチ 枝豆 砂糖 醤油 切干大根 牛蒡 ハム 胡瓜 赤ピーマン コーン ごま マヨドレ	飯	菜	ゼリー	揚げパン 2以下)きな粉トースト	
20	水	マーボー豆腐 ☆ちくわチーズ ひじきのサラダ	絹豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 筍 椎茸 ニラ 白葱 みそ 醤油 ケチャップ ごま油 ちくわ 棒チーズ 干ひじき キャベツ 人参 胡瓜 鶏ササミ ごま 酢 オリーブ油 醤油	めん	野菜	フルーツ	じゃが芋の ボンデケーキ	
21	木	豚肉の生姜焼き 添え野菜 たらこ人参 アスパラのサラダ 牛乳	豚ヒレ肉 生姜 みりん 醤油 もやし たらこ 人参 じゃが芋 バター 砂糖 アスパラ ツナ 胡瓜 キャベツ 赤ピーマン コーン マヨドレ 牛乳	飯	ひじき	牛乳 Caせんべい	ゼリー&ウエハース 3未)ゼリー	
22	金	フィッシュバーガー(3上) チャウダースープ ブロッコリーサラダ フルーツ	バーガーパン(3上)マグロカツ 油 タルタルソース キャベツ ベーコン 玉葱 じゃが芋 人参 しめじ コーン ルウ パセリ 牛乳 ブロッコリー アスパラガス チーズ 胡瓜 赤ピーマン オリーブ油 オレンジ(2以下みかん)	パン		ヨーグルト	細巻き 3以下 おじや	
23	土	豚丼 フルーツ 牛乳	米 豚肉 玉葱 人参 しいたけ 葱 煮干し 昆布 かつお節 砂糖 みりん 醤油 バナナ 牛乳	飯		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい	
25	月	ポテトグラタン 昆布巻煮 ナムル	鶏肉 ベーコン じゃが芋 マカロニ 玉葱 しめじ 人参 アスパラ バター 小麦粉 牛乳 ミックスチーズ 昆布巻 めんつゆ ツナ 小松菜 もやし 胡瓜 赤ピーマン ごま ごま油	パン	牛乳	ゼリー	ツナコーンチーズ おにぎり	
26	火	煮魚 牛乳 タマナーチャンプルー 酢の物	鯖 生姜 昆布 みりん 醤油 牛蒡 牛乳 豚肉 豆腐 卵 キャベツ 玉葱 しめじ 赤ピーマン コンソメ 醤油 春雨 ワカメ 胡瓜 人参 蒲鉾 ごま 酢	飯	きな粉	100%ジュース プルーン	ホワイトポンチ	
27	水	鶏肉の甘辛揚げ 添え野菜 かき卵汁 梅じゃこ和え チーズ	鶏もも肉 ニンニク 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 ごま もやし 卵 豆腐 玉葱 椎茸 人参 葱 醤油 梅肉 しらす キャベツ 胡瓜 人参 小松菜 チーズ	パン	枝豆	ヨーグルト	焼きそば	
28	木	おから入り厚焼き卵 ジャーマンポテト フレンチサラダ	卵 鶏肉 おから 玉葱 人参 椎茸 インゲン みりん 醤油 ベーコン じゃが芋 玉葱 アスパラ コンソメ キャベツ ツナ ブロッコリー 胡瓜 トマト コーン フレンチドレッシング	めん	野菜	フルーツ	ジャムクッキー	
29	金	魚の西京焼き 添え野菜 若竹煮 マカロニサラダ	鯖 生姜 みりん 白みそ もやし 筍 ワカメ 人参 蒲鉾 絹さや かつお節 みりん 醤油 マカロニ ハム チーズ 胡瓜 アスパラ 赤ピーマン マヨドレ	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	ヨーグルト&ビスコ 3未)ヨーグルト	
30	土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 ごぼう 大根 人参 里芋 葱 煮干し みりん しょうゆ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスパラビスケット	せんべい	

◎ 22日(金) 誕生会です。完全給食ですので全員ご飯はいりません。

三歳以上児はお箸だけ用意してください。

☆7日(木) 煮干しカリント、★20日(水) ちくわチーズ、もも2組以下は、

「白す干し煮」になります。

保育園の給与栄養目標量について

今年度前半期(4月～9月)の栄養目標量は以下の通りです。

	(3未)	(3上)
エネルギー	462kcal	575kcal
タンパク質	17.3g	21.8g
脂質	12.8g	15.9g

これらを目安に献立作成しています。よろしくお願いします。

