

令和8年5月1日

保護者各位

5月 給食献立表

認定こども園 文化保育園
園長 浅田祐起子
栄養士 林香里

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
1(金) 誕生日 子供の日 メニュー	牛乳 オレンジ	鯉のぼりの押し寿司 若竹汁 春キャベツの土佐和え 鶏のから揚げ 一口ゼリー☆	蓮根、人参、じゃこ、醤油、桜でんぶ、グリーンピース 人参、筍水煮、わかめ、醤油 春キャベツ、人参、もやし、胡瓜、花鰹、醤油 鶏手羽元、唐揚げ粉☆(小麦)	牛乳 誕生日ケキ★ (小麦、卵、チョコスプレー) ※誕生日プレートにはアーモンドが使用されています
2(土)	牛乳 ハイハイ ☆	ガパオ風ライス 澄まし汁 キウイ	豚ミンチ、玉葱、人参、コン、ピーマン、醤油 人参、法蓮草、葱、醤油	牛乳 市販菓子☆(小麦)
7(木)	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 クリーム煮 インゲンの胡麻和え	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 鶏肉、キャベツ、玉葱、スキムミルク、シチューミックス(小麦) mix ベジ タブル、ブロッコリ、コンソメ(小麦) 三度豆、醤油	牛乳 子どもの日ゼリー☆ (大豆)
8(金)	牛乳 黄桃	麻婆丼 中華スープ 青梗菜のツナ和え	豚ミンチ、玉葱、豆腐、葱、赤味噌、醤油 人参、茄子、ニラ 青梗菜、人参、コン、ツナ、醤油	牛乳 ピザトースト(食パン(小麦)、 玉葱、ピーマン、黄パプリカ、 ケチャップ、チーズ)
9(土)	牛乳 ハイハイ ☆	ロールパン 焼きそば オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺(小麦) 豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、人参、焼きそば ソース(小麦)	牛乳 市販菓子 (小麦、乳)
11(月)	牛乳 バナナ	クオータール 澄まし汁 チリコンカン 蓮コンサラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 豚ミンチ、玉葱、大豆、ケチャップ、ホルトマト、コンソメ(小麦) 鶏肉、蓮根、人参、キャベツ、胡瓜、コン、練胡麻、醤油	牛乳 八ヶ岳高原牧場ヨーグルト★ 鉄強化ウエハース☆(小麦) ※つくし〜すみれ組は市販菓子 ☆(小麦)になります
12(火)	牛乳 キウイ	中華丼 中華スープ ナムル	豚肉、玉葱、キャベツ、筍水煮、青梗菜、人参、醤油 人参、厚揚げ、ニラ 小松菜、もやし、人参	牛乳 胡麻クッキー (小麦、マーガリン、胡麻)
13(水)	牛乳 オレンジ	白御飯、味噌汁 いりどり 鱈のあんかけ	人参、舞茸、豆苗 鶏肉、じゃが芋、大豆、人参、グリーンピース、醤油 鱈、醤油	牛乳 焼き芋
14(木)	牛乳 黄桃	豆ご飯 味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の照り焼き	うすいえんどう 人参、豆腐、しめじ 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、竹輪、人参、醤油 鶏肉、醤油	牛乳 カルピスゼリー (カルピス☆、ゼラチン)
15(金)	牛乳 りんご	カレーうどん ブロッコリサラダ 甘夏	うどん、鶏肉、薄揚げ、法蓮草、人参、玉葱、シチューミックス、蒲 鉾、醤油、カレー粉 ブロッコリ、人参、コン、醤油	牛乳 きな粉ラスク (麩、きな粉、マーガリン)
16(土)	牛乳 バナナ	保育参観 給食はありません		

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
18 (月)	牛乳 バナナ	レズンパン 澄まし汁 ミトグラタン マカロニサラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 合挽きミンチ、茄子、玉葱、ホルムト、ケチャップ、チーズ マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、練胡麻、醤油	牛乳 お好み焼き（小麦粉、キャベツ、山芋、豆腐、竹輪、ソース（小麦）花粉）
19 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 肉じゃが 青梗菜の胡麻和え	人参、豆腐、舞茸 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 青梗菜、人参、コン、醤油、胡麻	牛乳 豆乳もち （豆乳、きな粉）
20 (水)	牛乳 オレンジ	白御飯、中華スープ 回鍋肉 一口焼売☆	人参、白菜、ニラ 豚肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、人参、椎茸、赤味噌、長葱 （鶏豚肉）醤油	牛乳 ぶどうゼリー （ジュース、ゼラチン）
21 (木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 いり豆腐 鶏肉の味噌焼き	人参、しめじ、豆苗 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、醤油 鶏肉、白味噌	牛乳 照り焼きトースト（食パン（小麦）、玉葱、ツナ、コン、葱、チーズ、醤油）
22 (金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 赤魚の煮つけ	人参、薄揚げ、葱 鶏肉、牛蒡、蓮根、玉葱、人参、竹輪、三度豆、醤油 赤魚、醤油	牛乳 北海道産小麦のたまご蒸しケーキ★（小麦、卵）
23 (土)	牛乳 ハイハイン☆	白胡麻ロール 肉うどん キウイ	小麦、卵、乳 うどん、牛肉、玉葱、葱、しめじ、人参、醤油	牛乳 市販菓子☆ （小麦）
25 (月)	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 豆腐のカレー煮 黒胡麻サラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 豚肉、豆腐、玉葱、法蓮草、シチュミックス（小麦）、コンソメ（小麦） 牛蒡、蓮根、パプリカ、ピーマン、ひじき、黒胡麻、練胡麻、醤油	牛乳 北海道産小麦のワッフル★ （小麦、卵、乳）
26 (火)	牛乳 りんご	ひじき炒飯 中華スープ 三色和え	ひじき、豚ミンチ、コン、葱、人参、醤油 人参、茄子、ニラ 小松菜、もやし、人参、醤油	牛乳 胡麻トースト（食パン（小麦）、胡麻、マーガリン）
27 (水)	牛乳 ハイハイン☆	園外保育 ※もみじ〜みどり組はクッピーラムネ（アレルギー不使用）のおやつがあります。		牛乳 オレンジゼリー☆
28 (木)	牛乳 黄桃	ちゃんぽん 肉団子のケチャップ和え キウイ	中華麺（小麦）、豚肉、キャベツ、玉葱、もやし、人参、コン、蒲鉾、創味シャンタン（小麦） （鶏豚肉）ケチャップ	牛乳 人参マフィン（小麦、豆腐、人参、牛乳、バナナ）
29 (金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 すき焼き風煮 白身魚のみぞれ煮	人参、舞茸、豆苗 牛肉、豆腐、糸蒟蒻、玉葱、白葱、白菜、水菜、醤油 ホキ、醤油、大根	牛乳 鉄強化プリン☆ （卵）
30 (土)	牛乳 ハイハイン☆	ロールパン ジャジャ麺 オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺、豚ミンチ、玉葱、人参、胡瓜、赤味噌、醤油	牛乳 市販菓子☆ （小麦）



- ・ ☆印は市販品を使用しています。★印はシャトレーゼの商品です。太字は新メニューです。
- ・ 竹輪、蒲鉾、平天、ウインナーは通常、卵乳小麦不使用の商品を使用しています。
- ・ 午後間食に使用する市販菓子の原材料の詳細については、当園ホームページに掲載しています。
- ・ 週に1回ほど「噛む回数を増やす」献立を入れています（根菜類や海藻類など噛みごたえのある食材を使用することで、顎を鍛える、舌の筋肉の発達と舌を動かす操作性の発達を促します）。
- ・ 食材の入荷都合等により、内容を予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。

栄養素別給与栄養量

	エネルギー(kal)	タンパク質(g)	脂質(g)
3歳児未満	452	20.2	15.4
3歳児以上	501	23.1	17.2

