

<献立表>

かさい発みらい行きほいくえん  
令和8年度 5月(皐月)献立表

5月の目標: 仲良く食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。  
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分です。  
乳児は8割で計算しています。これは目安であり、個々の喫食量に応じて変動します。  
※1・2歳児クラスでは、朝おやつとして牛乳を提供していきます。  
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準: 547kcal

	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食					麦ご飯 たっぷり野菜の八宝菜 胡瓜ともやしの中華和え 豆苗とコーンのスープ ヨーグルト	ご飯 豚肉の生姜炒め 大根の利休和え きのこの味噌汁 ヨーグルト
3時					焼き鮭のお茶漬け 麦茶 Iエネルギー 500 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 11.0 g 炭水化物 81.1 g	塩昆布おにぎり 牛乳 Iエネルギー 547 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 16.0 g 炭水化物 81.5 g
4	5	6	7	8	9	
昼食				ご飯 鱈フライ ひじきの煮物 若布と人参の味噌汁 フルーツゼリー	チキンカレー みかん入りフレンチサラダ 野菜と豆のコンソメスープ バナナ	ご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め 胡瓜のゆかり和え 大根と長葱のすまし汁 ヨーグルト
3時				パンケーキ ヨーグルトドリンク Iエネルギー 588 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 10.7 g 炭水化物 99.2 g	こぎつねご飯 小魚 麦茶 Iエネルギー 530 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 11.1 g 炭水化物 92.7 g	せんべいとビスケット 牛乳 Iエネルギー 514 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 18.1 g 炭水化物 70.1 g
11	12	13	14	15	16	
昼食	ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き 千切り野菜～和風ドレッシング～ けんちん汁 グレープフルーツ	ご飯 牛肉とアスパラの甘辛炒め ほうれん草の海苔和え 若布と豆腐の味噌汁 バナナ	きのこベーコンのスパゲティ 彩り野菜のマリネ アスパラのミルクスープ ヨーグルト	ご飯 肉じゃが キャベツのお浸し 新ごぼうとしめじの味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 豚肉の生姜炒め 大根の利休和え きのこの味噌汁 ヨーグルト	
3時	チーズドッグ ヨーグルトドリンク Iエネルギー 523 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 11.2 g 炭水化物 89.9 g	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳 Iエネルギー 500 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 15.4 g 炭水化物 74.6 g	お好みポテト 牛乳 Iエネルギー 518 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 21.3 g 炭水化物 71.5 g	納豆チャーハン 麦茶 Iエネルギー 530 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 19.1 g 炭水化物 72.5 g	メロンパン ヨーグルトドリンク Iエネルギー 586 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.5 g 炭水化物 100.3 g	
18	19 青空ランチ	20 野菜の日	21 誕生会	22	23	
昼食	春色おにぎり 鶏のから揚げ カラフルピクルス 野菜ジュース バナナ	油麩の卵とじ丼 南瓜の甘煮 大根の浅漬け 茄子と絹さやの味噌汁 グレープフルーツ	チキンクリームライス 春野菜のサラダ 野菜たっぷりスープ フルーツボンチゼリー	チキンカレー みかん入りフレンチサラダ 野菜と豆のコンソメスープ バナナ	ご飯 鶏肉と野菜の味噌炒め 胡瓜のゆかり和え 大根と長葱のすまし汁 ヨーグルト	
3時	あんこバナナパイ 牛乳 Iエネルギー 468 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 16.0 g 炭水化物 67.7 g	焼き鮭のお茶漬け 麦茶 	きな粉トースト 牛乳 Iエネルギー 532 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 15.3 g 炭水化物 90.0 g	レモンケーキ 牛乳 Iエネルギー 639 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 24.2 g 炭水化物 88.6 g	こぎつねご飯 小魚 麦茶 Iエネルギー 530 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 11.1 g 炭水化物 92.7 g	
25	26	27	28	29	30	
昼食	ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き 千切り野菜～和風ドレッシング～ けんちん汁 グレープフルーツ	ご飯 鶏肉とアスパラの甘辛炒め ほうれん草の海苔和え 若布と豆腐の味噌汁 バナナ	きのこベーコンのスパゲティ 彩り野菜のマリネ アスパラのミルクスープ ヨーグルト	ご飯 肉じゃが キャベツのお浸し 新ごぼうとしめじの味噌汁 フルーツゼリー	きじ焼き丼 ほうれん草のお浸し ニラと大根の味噌汁 ヨーグルト	
3時	チーズドッグ ヨーグルトドリンク Iエネルギー 523 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 11.2 g 炭水化物 89.9 g	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳 Iエネルギー 500 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 15.4 g 炭水化物 74.6 g	お好みポテト 牛乳 Iエネルギー 442 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 12.0 g 炭水化物 71.4 g	メロンパン ヨーグルトドリンク Iエネルギー 530 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 19.1 g 炭水化物 72.5 g	せんべいとビスケット 牛乳 Iエネルギー 512 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 16.4 g 炭水化物 73.4 g	