

<献立表>

目黒三田保育園キミトミライト
令和8年度5月(皐月)献立



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のカロリーです。
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準: 549kcal

	月	火	水	木	金 1歳午の節句	土 2
昼食					こいのぼりご飯 鰻の竜田揚げ 蓮根の甘酢漬 三つ葉と手毬麩のすまし汁 いちご	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					ちまき 小魚 麦茶	ハニーソイハン 牛乳
					エネルギー 506 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 12.0 g 炭水化物 81.3 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 17.2 g 炭水化物 79.4 g
4	5	6	7	8	9	
昼食				ご飯 鰻フライ 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				ハンケーキ ヨーグルトドリンク	こぎつねご飯 小魚 麦茶	ミルクメロンパン 牛乳
				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	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	エネルギー 539 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 17.8 g 炭水化物 75.2 g
11	12	13	14	15	16	
昼食	胚芽ご飯 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	胚芽ご飯 鯖の煮つけ ブロッコリーのおかか和え 舞茸と大根の味噌汁 オレンジ	きのこと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 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	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	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	天むす風おにぎり 小魚 麦茶	納豆チャーハン 麦茶	お好みポテト 牛乳	クロワッサン ヨーグルトドリンク	ハニーソイハン 牛乳
	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	エネルギー 456 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.0 g 炭水化物 74.5 g	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	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	エネルギー 555 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 15.2 g 炭水化物 87.4 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 17.2 g 炭水化物 79.4 g
18	19	20	21	22	23	
昼食	ご飯 ひじきのつくね焼き 胡瓜と若布の酢の物 じゃが芋と小松菜の味噌汁 オレンジ	麦ご飯 たっぷり野菜の八宝菜 胡瓜ともやしの中華和え 豆腐とコーンのスープ ヨーグルト	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 フルーツポンチゼリー	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	焼き鯖のお茶漬け 麦茶	きな粉トースト 牛乳	レモンケーキ 牛乳	こぎつねご飯 小魚 麦茶	ミルクメロンパン 牛乳
	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	エネルギー 508 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 11.4 g 炭水化物 81.4 g	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	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	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	エネルギー 539 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 17.8 g 炭水化物 75.2 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	胚芽ご飯 鯖の煮つけ ブロッコリーのおかか和え 舞茸と大根の味噌汁 オレンジ	きのこと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	春色おにぎり 鶏のから揚げ カラフルビケルス 野菜ジュース バナナ	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	南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	天むす風おにぎり 小魚 麦茶	納豆チャーハン 麦茶	クロワッサン ヨーグルトドリンク	お好みポテト 牛乳	チーズベール 牛乳
	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	エネルギー 456 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.0 g 炭水化物 74.5 g	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	エネルギー 596 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 16.6 g 炭水化物 84.2 g	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	エネルギー 606 kcal 蛋白質 27.1 g 脂質 16.1 g 炭水化物 90.3 g