

社会福祉法人 東京児童協会  
 神田淡路町保育園大きなうち  
 令和8年度5月(皐月)献立

# 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返納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日の幼児昼食おやつのカロリー基準: 549kcal

	月	火	水	木	金 1	土 2
風食					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 焼き鮭のお茶漬け 麦茶	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 塩昆布おにぎり 牛乳
おやつ					I1種† - 508 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 11.4 g 炭水化物 81.4 g	I1種† - 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	
風食				ご飯 鯨フライ ひじきの煮物 若布と人参の味噌汁 フルーツゼリー パンケーキ ヨーグルトドリンク	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
おやつ				I1種† - 603 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 10.7 g 炭水化物 103.3 g	I1種† - 530 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 11.1 g 炭水化物 92.7 g	I1種† - 566 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 15.4 g 炭水化物 87.1 g
11	12	13	14	15 春風ランチ	16	
風食	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 南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	胚芽ご飯 鯖の煮つけ フロッコリーのおかか和え 舞茸と大根の味噌汁 オレンジ 天むす風おにぎり 小魚 麦茶	きのこ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 納豆チャーハン 麦茶	ご飯 牛肉とアスパラの甘草炒め ほうれん草の海苔和え 若布と豆腐の味噌汁 フルーツゼリー お好みポテト 牛乳	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 	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 塩昆布おにぎり 牛乳
おやつ	I1種† - 500 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 15.4 g 炭水化物 74.6 g	I1種† - 456 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.0 g 炭水化物 74.5 g	I1種† - 530 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 19.1 g 炭水化物 72.5 g	I1種† - 518 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 21.3 g 炭水化物 71.5 g	I1種† - 676 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 15.3 g 炭水化物 101.2 g	I1種† - 547 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 16.0 g 炭水化物 81.5 g
18	19	20	21	22	23	
風食	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 あんこバナナパイ 牛乳	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 焼き鮭のお茶漬け 麦茶	油麩の卵とし丼 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 きな粉トースト 牛乳	ご飯 鯨フライ ひじきの煮物 若布と人参の味噌汁 フルーツゼリー パンケーキ ヨーグルトドリンク	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 おかかおにぎり 牛乳
おやつ	I1種† - 468 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 16.0 g 炭水化物 67.7 g	I1種† - 508 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 11.4 g 炭水化物 81.4 g	I1種† - 532 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 15.3 g 炭水化物 90.0 g	I1種† - 603 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 10.7 g 炭水化物 103.3 g	I1種† - 530 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 11.1 g 炭水化物 92.7 g	I1種† - 566 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 15.4 g 炭水化物 87.1 g
25	26	27	28	29	30	
風食	お楽しみ献立					
風食	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	胚芽ご飯 鯖の煮つけ フロッコリーのおかか和え 舞茸と大根の味噌汁 オレンジ 天むす風おにぎり 小魚 麦茶	きのこ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 納豆チャーハン 麦茶	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 南瓜の米粉蒸しパン 牛乳	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 チーズバーグ ヨーグルトドリンク	きじ焼き丼 ほうれん草のお浸し こらと大根の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	I1種† - 500 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 15.4 g 炭水化物 74.6 g	I1種† - 456 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.0 g 炭水化物 74.5 g	I1種† - 530 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 19.1 g 炭水化物 72.5 g	I1種† - 639 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 24.2 g 炭水化物 88.6 g	I1種† - 635 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 13.9 g 炭水化物 104.4 g	I1種† - 525 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 11.5 g 炭水化物 87.6 g