

ゆめっこわかば保育園 献立予定表 2026年5月

日	(金) 1	(土) 2	(日) 7	(金) 8	(土) 9	(月) 11	(火) 12	(水) 13	(木) 14	(金) 15	(土) 16	(日) 18	(火) 19	(水) 20
昼食	ごはん 五分付米 たけのこ うす揚げ 醤油 みりん 塩 焼きのり ミートボール 合ミンチ 玉ねぎ 人参 片栗粉 醤油 みりん ケチャップ ポテトサラダ じゃがいも 人参 きゅうり コーン 醤油 塩 酢 大根 焼きのり パリパリ風車 しゅうまいの皮 きゅうり 人参 すまし汁 人参 大根 醤油 みりん 塩 出汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 醤油 人參 煮びたし キャベツ 小松菜 うす揚げ 人参 みりん 醤油 みそ汁 さつまいも 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 麻婆大根 合ミンチ 大根 玉ねぎ 人参 ピーマン オイスターソース ソース ケチャップ コロコロ煮 みりん 醤油 味噌 片栗粉 無限キャベツ 人参 ごま 青のり 塩 ごま油 スープ 人参 青梗菜 みりん 醤油 塩 出汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 魚の照り焼き 鯖 みりん 醤油 生姜 おひたし 小松菜 醤油 コロコロ煮 高野豆腐 うすいエンドウ 人参 じゃがいも 醤油 みりん ごま油 みそ汁 人参 大根 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ミートスパゲッティ 合ミンチ スパゲティ 玉ねぎ 人参 トマトジュース ケチャップ ソース キャベツのナムル キャベツ わかめ 人参 ごま油 ごま 醤油 みりん スープ もやし たまねぎ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 肉じゃが 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しらたき いんげん みりん 醤油 人参の含め煮 人参 コーン ごぼう芋 じゃがいも 切干のあえもの 切干大根 人参 きゅうり わかめ 人参 ツナ 酢 しょうゆ ごま油 みそ汁 小松菜 豆腐 味噌 だし汁(昆布・煮干)	赤飯 五分付米 もち米 小豆 花しゅうまい 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参の含め煮 人参 コーン ごぼう芋 じゃがいも 青のり 塩 人参 春雨サラダ 春雨 キャベツ 人参 きゅうり 酢 人参 たまねぎ わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 バーベキューチキン 鶏肉 ケチャップ ソース リンゴジャム にんにく ブロッコリー ミニトマト カリカリサラダ キャベツ 人参 大根 ちりめんじゃこ 醤油 ごま油 スープ 青梗菜 玉ねぎ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鮭のサクサク焼き 鶏肉 塩 パン粉 ほうれん草のソテー ほうれん草 コーン 塩 バター ミニトマト 甘夏のサラダ 春キャベツ 人参 甘夏 酢 オリーブ油 塩 すまし汁 たまねぎ わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ケチャップ ソース トマトジュース みりん 豆腐 うす揚げ 人参の含め煮 レタス しょうゆ みりん 人参 酢 オリーブオイル 塩 スープ 大根 わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鶏の照り焼き ふき うすあげ 塩 醤油 みりん 砂糖 さばの梅焼き 鯖 梅干し しょうゆ みりん アスパラの塩ゆで 豆腐 うす揚げ 人参の含め煮 しょうゆ みりん 人参 酢 かぼちゃ わかめ 玉ねぎ 味噌 出汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ふき うすあげ 塩 醤油 みりん 砂糖 さばの梅焼き 鯖 梅干し しょうゆ みりん アスパラの塩ゆで 豆腐 うす揚げ 人参の含め煮 しょうゆ みりん 人参 酢 かぼちゃ わかめ 玉ねぎ 味噌 出汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 治部煮 鶏もも肉 人参 小松菜 大根 たけのこ 醤油 みりん 砂糖 アスパラの塩ゆで もずく酢 きゅうり もやし 酢 かぼちゃ みそ汁 かぼちゃ みりん たまねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	
おやつ	かしわもち だんご粉 豆腐 小豆 砂糖 塩 (0.1歳児クラスは かしわもち風 どら焼きです)	ぶどうゼリー 寒天 ぶどうジュース 砂糖	うどーなつ 薄力粉 うどん 砂糖 ベーキングパウダー 豆乳 油 きな粉 砂糖 塩	うどーなつ 薄力粉 うどん 砂糖 ベーキングパウダー 豆乳 油 きな粉 砂糖 塩	あんこクレープ 米粉 片栗粉 砂糖 油 小豆 醤油 塩	ピザ 薄力粉 強力粉 ドライイースト 砂糖 塩 オリーブ油 チーズ ケチャップ ベーコン ピーマン コーン	黒糖寒天 寒天 黒糖 きなこ 砂糖	じゃがまるくん じゃがいも 塩 片栗粉 バター 焼きのり 醤油	そらまめくんの ベントケーキ 薄力粉 砂糖 粉チーズ ベーキングパウダー 牛乳 油 そら豆	恐竜の卵 白玉粉 上新粉 黒砂糖 B.P	麩のラスク 焼き麩 バター 砂糖 0.5 甘辛にぼし にぼし 醤油 みりん 砂糖			
日	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳
昼食	ごはん 五分付米 じゅうじゅう焼き 豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ 油 ブロッコリーの塩ゆで みりん オイスターソース 砂糖 にんにく 生姜 ニラ納豆 納豆 ニラ 人参 醤油 かつお ごま油 みそ汁 小松菜 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 いわしのフライ いわし 塩 小麦粉 パン粉 油 ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー 塩 ふかしさつまいも さつまいも ニラ レタス きゅうり 人参 酢 オリーブオイル 塩 スープ 大根 わかめ みりん 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ピピンパ丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 にんにく 生姜 みりん 醤油 アスパラの塩ゆで アスパラ キャベツのナムル キャベツ わかめ 人参 ごま油 ごま 酢 醤油 みそ汁 かぼちゃ たまねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ささみのフリッター ささみ 小麦粉 牛乳 B.P. 塩 油 ミニトマト アスパラの塩ゆで アスパラ キャベツのナムル キャベツ わかめ 人参 ごま油 ごま 酢 醤油 みそ汁 かぼちゃ たまねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 醤油 みりん 生姜 煮ころがし じゃがいも 人参 みりん 醤油 塩 みそ汁 かぼちゃ たまねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	チンジャオロース 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 黄パプリカ ゆでたけのこ 玉ねぎ オイスターソース みりん 醤油 塩 人参 ひじき 人参 醤油 砂糖 だし汁(昆布・煮干)	西京焼き 五分付米 鶏肉 白みそ みりん ごま油 焼きかぼちゃ かぼちゃ きゅうりと大根の ひたひた きゅうり 大根 人参 醤油 砂糖 酢 小松菜 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	鶏肉のごまみそ焼き 五分付米 豚肉 みそ みりん ごま油 焼きかぼちゃ かぼちゃ きゅうりと大根の ひたひた きゅうり 大根 人参 醤油 砂糖 酢 小松菜 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	おにぎり 五分付米 ゆかりふりかけ 豚汁 豚肉 人参 大根 さつまいも 小松菜 味噌 みりん しょうゆ					
おやつ	玉ねぎとごまの クラッカー 薄力粉 強力粉 砂糖 塩 玉ねぎ ごま オリーブ油	梅みそせんべい 五分付米 梅干し 味噌 青のり ごま ごま油 みりん	りんごゼリー 寒天 りんごジュース 砂糖	ジャムパン 強力粉 砂糖 ドライイースト 塩 バター ブルーベリージャム 強力粉 バター 牛乳	チーズポテト じゃがいも チーズ 塩 甘辛にぼし にぼし 醤油 みりん 砂糖	ブラウニー 米粉 豆腐 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖	みそ焼きおにぎり 五分付米 みそ 醤油 みりん ごま							
日	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳

子供の日の由来は「子供の人格を重んじ、子供の幸福をはかるとともに母に感謝する」という日です。こどもの健やかな健康を願い、普段頑張っているお母さんにも「ありがとう」を伝えてください。

真夏の暑さを感じる日もあります。水分補給をこまめにしていましょ。

※数字は、幼児の予定可食量です。
 ※乳児は、幼児の予定可食量×0.9として計算します。
 ※ごはんは、五分付米です。
 ※13日はお誕生日会です。
 ※果物はりんご・柑橘類を提供します
 ※土曜日のおやつは前日のサンプルボードに掲示します。
 ※26日は5歳児クラスのみ給食です
 ○～4歳児クラスはお弁当日です
 (1歳未満児は離乳食があります)
 ※29日は5歳児のみお弁当日です