

# 2026年度5月 献立予定表



ニチエキッズこくふ

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 (金)	こいのぼりご飯 にんじんのおみそ汁 ミートローフ ポイルブロッコリー バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、炊き込みわかめ、じゃがいも、のり/かつおだし汁、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、コーン(冷凍)、みそ/豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、ケチャップ、中濃ソース、じゃがいも、のり/ブロッコリー/バナナ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、卵、生クリーム、砂糖、バナナ、干しぶどう	牛乳	522 kcal
			おせんべい	20.0 g
			牛乳	18.2 g
15 29 (金)	ご飯 キャベツのおみそ汁 ミートローフ いんげんのソテー バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、キャベツ、じゃがいも、みそ/鶏ひき肉、絹ごし豆腐、ひじき、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース/油、いんげん、にんじん、コーン(冷凍)、食塩/バナナ/牛乳/米、みそ、砂糖、みりん、すりごま	牛乳	468 kcal
			おせんべい	20.4 g
			牛乳	12.1 g
2 16 30 (土)	ブルコギ丼 チンゲンサイのスープ じゃがいもとしらすのサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米、はるさめ、豚肉(もも)、たまねぎ、にら、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、みそ、ごま油、片栗粉/水、鶏がらスープの素、チンゲンサイ、にんじん、しょうゆ/じゃがいも、グリーンアスパラガス、しらす干し、砂糖、酢、食塩、油/オレンジ/牛乳/さつまいも、砂糖、無塩バター、牛乳	牛乳	445 kcal
			クラッカー	18.3 g
			牛乳	13.0 g
18 (月)	ご飯 じゃがいものスープ 鶏のソースがらめ ブロッコリーのソテー バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつお・昆布だし汁、じゃがいも、いんげん、しょうゆ、食塩/鶏もも肉、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、ウスターソース、水/油、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーン(冷凍)、食塩/バナナ/牛乳/米、炊き込みわかめ	牛乳	437 kcal
			クラッカー	18.3 g
			牛乳	9.9 g
19 (火)	大豆のドライカレー キャベツの塩スープ ポイルアスパラガス オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、だいず水煮缶詰、かつお・昆布だし汁、ホールトマト缶詰、りんご、ウスターソース、食塩、カレー粉、米粉、水/水、鶏がらスープの素、キャベツ、もやし、えのきたけ、食塩/グリーンアスパラガス、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ/グレイプフルーツ/牛乳/無塩バター、砂糖、焼酎	牛乳	419 kcal
			おせんべい	16.6 g
			牛乳	14.8 g
20 (水)	ご飯 えんどうのおみそ汁 かれの若草焼き かぼちゃのくず煮 バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、スナッフえんどう、にんじん、たまねぎ、みそ/かれの、食塩、ブロッコリー、ノンエッグマヨネーズ/かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)、片栗粉/バナナ/牛乳/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳、卵、油	牛乳	436 kcal
			ビスケット	20.0 g
			牛乳	12.2 g
7 (木)	ご飯 もやしのおみそ汁 さわらの塩焼き 磯辺じゃが バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、もやし、なす、切り干しだいこん、コーン(冷凍)、みそ/さわら、食塩/じゃがいも、にんじん、米粉、あおのり、食塩、水、油/バナナ/牛乳/クラッカー、いちごジャム	牛乳	428 kcal
			ウエハース	15.4 g
			牛乳	14.1 g
21 (木)	ご飯 もやしのおみそ汁 炒り豆腐 磯辺じゃが オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、もやし、なす、みそ/油、豚肉(もも)、木綿豆腐、ひじき、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、いんげん/じゃがいも、米粉、あおのり、食塩、水、油/オレンジ/牛乳/りんご、砂糖、油/クラッカー	牛乳	428 kcal
			ウエハース	15.4 g
			牛乳	14.1 g
8 22 (金)	ご飯 わかめスープ かれのコーンマヨ焼き ブロッコリーゆかりサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつお・昆布だし汁、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、ごま、しょうゆ、食塩/かれの、食塩、ノンエッグマヨネーズ、コーン(冷凍)/ブロッコリー、きゅうり、もやし、カルシウムふりかけゆかり/バナナ/牛乳/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま、牛乳	牛乳	426 kcal
			クラッカー	18.3 g
			牛乳	14.1 g
9 23 (土)	ご飯 ほうれんそうのスープ さけのクリームソース かぼちゃのソテー バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、ほうれんそう、だいこん、えのきたけ、しょうゆ、食塩/さけ、食塩、米粉、油、たまねぎ、米粉、豆乳、鶏がらスープの素、食塩、パセリ粉/油、かぼちゃ、にんじん、グリーンアスパラガス、食塩/グレイプフルーツ/牛乳/米、チーズ、かつお節、しょうゆ	牛乳	470 kcal
			おせんべい	20.6 g
			牛乳	11.2 g
11 25 (月)	ご飯 はくさいのおみそ汁 かれのさっぱり蒸し ツナじゃが煮 バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、はくさい、にんじん、油揚げ、みそ/かれの、たまねぎ、もやし、砂糖、しょうゆ、レモン果汁/油、じゃがいも、スナッフえんどう、ツナ水煮缶、水、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、卵、バナナ	牛乳	463 kcal
			クラッカー	20.4 g
			牛乳	13.4 g
12 26 (火)	ご飯 アスパラのスープ 豚肉のカレーソテー キャベツのサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、グリーンアスパラガス、にんじん、しょうゆ、食塩/油、豚肉(もも)、たまねぎ、おろしにんにく、砂糖、しょうゆ、みりん、カレー粉/キャベツ、だいこん、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ/オレンジ/牛乳/米、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、みりん、あおのり	牛乳	447 kcal
			ウエハース	19.3 g
			牛乳	13.1 g
13 27 (水)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 鶏の塩焼き ブロッコリーののり和え バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、みりん、食塩、片栗粉/ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、鶏ささ身、ごま油、食塩、のり/バナナ/牛乳/水、かんでん(粉)、砂糖、もも缶、レモン果汁/カルテツウエハース	牛乳	428 kcal
			おせんべい	19.7 g
			牛乳	11.2 g
14 28 (木)	ご飯 ごぼうのおみそ汁 さばの塩焼き チンゲンサイのごま和え りんご	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、ごぼう、たまねぎ、にんじん、みそ/さば、食塩/チンゲンサイ、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ、ごま/りんご/牛乳/マカロニ、砂糖、きな粉、食塩	牛乳	420 kcal
			ビスケット	18.8 g
			牛乳	14.1 g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



5月平均栄養量	
446 kcal	
18.6 g	
12.9 g	