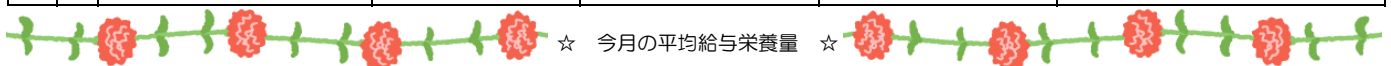




## 2026年 5月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1	金	麦ご飯 こいのぼりハンバーグ 春野菜のおかか和え 花麩とかまぼこのすまし汁 いちご	しらすわかめおにぎり 牛乳	豚ひき肉・豆腐・しらす かつお節・かまぼこ・牛乳	米・押麦・パン粉・砂糖 油・麩・ごま	玉ねぎ・ケチャップ・グリーンピース 大根・人参・小松菜・長ねぎ・いちご わかめ
2 ・ 16	土	やきとり丼 人参サラダ 玉ねぎの味噌汁	いちごジャム蒸しパン 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 豆乳・煮干し	米・油・砂糖・麩・小麦粉	生姜・長ねぎ・ピーマン・人参 きゅうり・レズン・玉ねぎ・えのき いちごジャム
7 ・ 21	木	和風ツナカレーライス 豆腐サラダ 大根の味噌汁	りんごゼリー 牛乳	ツナ・豆腐・味噌・牛乳 かつお節	米・押麦・油・じゃが芋 小麦粉・砂糖・ごま油 ごま・麩	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ・りんご ケチャップ・キャベツ・きゅうり 大根・わかめ・りんごジュース・アガー
8	金	プラスご飯 肉団子の酢豚風 ひじきのミルク和え かぼちゃの味噌汁 バナナ	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 スキムミルク・豆乳 ヨーグルト・煮干し	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・マヨネーズ・ごま 小麦粉	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・ひじき 切干大根・小松菜・かぼちゃ・もやし バナナ
9 ・ 23	土	豚汁うどん かぼちゃ煮 カリカリきゅうり	手作りふりかけおにぎり 牛乳	豚もも肉・味噌・牛乳 かつお節	うどん・油・砂糖・ごま油 ごま・米	人参・ごぼう・大根・しめじ・長ねぎ かぼちゃ・きゅうり・ひじき
11 ・ 25	月	ご飯 新じゃがと鶏のてり煮 ツナサラダ わかめの味噌汁 オレンジ	生姜焼きトースト 牛乳	鶏もも肉・ツナ・味噌・牛乳 煮干し	米・じゃが芋・油・砂糖 食パン・マヨネーズ・ごま	人参・キャベツ・きゅうり・コーン わかめ・切干大根・玉ねぎ・オレンジ 生姜
12 ・ 26	火	麦ご飯 たけのこバーグ 三色の酢の物 麩の味噌汁	フライドポテト 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 煮干し	米・押麦・パン粉・油 砂糖・片栗粉・麩・じゃが芋	たけのこ・玉ねぎ・生姜・大根・人参 きゅうり・小松菜・えのき・青のり
13	水	プラスご飯 鮭の塩こうじ焼き しらすののり そら豆 キャベツの味噌汁	パインケーキ 牛乳	鮭・しらす・生揚げ・味噌 牛乳・豆乳・かつお節	米・強化米・米こうじ・砂糖 小麦粉・油	もやし・ほうれん草・人参・刻みのり キャベツ・玉ねぎ・パイン缶・そら豆
14 ・ 28	木	鶏そぼろ丼 春雨とキャベツの中華サラダ 油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	春野菜の Pasta 牛乳	鶏ひき肉・油揚げ・味噌 牛乳・ツナ・煮干し	米・押麦・砂糖・春雨・ごま ごま油・マカロニ・油	人参・小松菜・キャベツ・きゅうり チンゲン菜・長ねぎ・グレープフルーツ 玉ねぎ・スナップえんどう・にんにく 生姜
15	金	ご飯 ホークチョップ ピーマンとじゃが芋のグリル かぼちゃの味噌汁	こぎつねおにぎり 牛乳	豚もも肉・牛乳・油揚げ 煮干し・かつお節・味噌	油・バター・砂糖 じゃが芋・ごま・米	玉ねぎ・ケチャップ・ピーマン・人参 パセリ・かぼちゃ・もやし
18	月	グリーンピースご飯 肉豆腐 キャベツの彩り 和え 人参の味噌汁	マカロニきな粉 牛乳	豚もも肉・豆腐・味噌・牛乳 きな粉・かつお節	米・しらたき・油・砂糖 ごま油・ごま・じゃが芋 マカロニ	グリーンピース・ごぼう・玉ねぎ さやえんどう・キャベツ・ほうれん草 人参・コーン・長ねぎ
19	火	食パン 鶏のマーマレード焼き ディップ野菜 豆乳コンソープ	しらすわかめおにぎり 牛乳	鶏もも肉・豆乳・牛乳 しらす	食パン・じゃが芋・油・米 マヨネーズ・片栗粉・ごま	マーマレードジャム・人参・きゅうり ケチャップ・玉ねぎ・クリームコーン缶 ほうれん草・わかめ・にんにく パセリ
20	水	ご飯 カレイフライ 五目煮 小松菜の味噌汁 オレンジ	ココアショートブレッド 牛乳	かれい・高野豆腐・油揚げ 大豆・味噌・牛乳・煮干し	米・小麦粉・パン粉・油 砂糖・バター	ケチャップ・ごぼう・人参・小松菜 玉ねぎ・しめじ・オレンジ
22	金	プラスご飯 肉団子の酢豚風 ひじきのミルク和え 臭汁（福井県） バナナ	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 スキムミルク・豆乳・大豆 ヨーグルト・煮干し・油揚げ	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・マヨネーズ・ごま 小麦粉	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・ひじき 切干大根・小松菜・長ねぎ・大根 バナナ
27	水	プラスご飯 鮭の塩こうじ焼き しらすののり キャベツの味噌汁	パインケーキ 牛乳	鮭・しらす・生揚げ・味噌 牛乳・豆乳・かつお節	米・強化米・米こうじ・砂糖 小麦粉・油	もやし・ほうれん草・人参・刻みのり キャベツ・玉ねぎ・パイン缶
29	金	ご飯 ホークチョップ ピーマンとじゃが芋のグリル 玉ねぎのスープ	こぎつねおにぎり 炒りいりこ 牛乳	豚もも肉・牛乳・油揚げ 煮干し・かつお節	油・バター・砂糖 じゃが芋・ごま・米	玉ねぎ・ケチャップ・ピーマン・人参 小松菜・パセリ
30	土	生揚げと豚肉の中華丼 キャベツサラダ わかめスープ	じゃこおにぎり 牛乳	生揚げ・豚ひき肉・しらす かつお節・牛乳	米・ごま油・砂糖・片栗粉 ごま	生姜・にんにく・人参・干しいたげ 長ねぎ・グリーンピース・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ・えのき ほうれん草



☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
480kcal	19.3g	16.5g	249mg	2.0mg	175μg	0.39mg	0.37mg	22mg	1.4g



2026年 5月 給食献立表 幼児(3歳以上児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1	金	妻ご飯 こいのぼりハンバーグ 春野菜のおかか和え 花麩とかまぼこのすまし汁 いちご	しらすわかめおにぎり 牛乳	豚ひき肉・豆腐・しらす かつお節・かまぼこ・牛乳	米・押麦・パン粉・砂糖 油・麩・ごま	玉ねぎ・ケチャップ・グリーンピース 大根・人参・小松菜・長ねぎ・いちご わかめ
2 ・ 16	土	やきとり丼 人参サラダ 玉ねぎの味噌汁	いちごジャム蒸しパン 牛乳	鶏もも肉・味噌・牛乳 豆乳・煮干し	米・油・砂糖・麩・小麦粉	生姜・長ねぎ・ピーマン・人参 きゅうり・レズン・玉ねぎ・えのき いちごジャム
7 ・ 21	木	和風ツナカレーライス 豆腐サラダ 大根の味噌汁	りんごゼリー 牛乳	ツナ・豆腐・味噌・牛乳 かつお節	米・押麦・油・じゃが芋 小麦粉・砂糖・ごま油 ごま・麩	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ・りんご ケチャップ・キャベツ・きゅうり 大根・わかめ・りんごジュース・アガー
8	金	プラスご飯 肉団子の酢豚風 ひじきのミルキー和え かぼちゃの味噌汁 バナナ	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 スキムミルク・豆乳 ヨーグルト・煮干し	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・マヨネーズ・ごま 小麦粉	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・ひじき 切干大根・小松菜・かぼちゃ・もやし バナナ
9 ・ 23	土	豚汁うどん かぼちゃ煮 カリカリきゅうり	手作りふりかけおにぎり 牛乳	豚もも肉・味噌・牛乳 かつお節	うどん・油・砂糖・ごま油 ごま・米	人参・ごぼう・大根・しめじ・長ねぎ かぼちゃ・きゅうり・ひじき
11 ・ 25	月	ご飯 新じゃがと鶏のてり煮 ツナサラダ わかめの味噌汁 オレンジ	生姜焼きトースト 牛乳	鶏もも肉・ツナ・味噌・牛乳 煮干し	米・じゃが芋・油・砂糖 食パン・マヨネーズ・ごま	人参・キャベツ・きゅうり・コーン わかめ・切干大根・玉ねぎ・オレンジ 生姜
12 ・ 26	火	妻ご飯 たけのこバーグ 三色の酢の物 麩の味噌汁	フライドポテト 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 煮干し	米・押麦・パン粉・油 砂糖・片栗粉・麩・じゃが芋	たけのこ・玉ねぎ・生姜・大根・人参 きゅうり・小松菜・えのき・青のり
13	水	プラスご飯 鮭の塩こうじ焼き しらすのり そら豆 キャベツの味噌汁	ハインケーキ 牛乳	鮭・しらす・生揚げ・味噌 牛乳・豆乳・かつお節	米・強化米・米こうじ・砂糖 小麦粉・油	もやし・ほうれん草・人参・刻みのり キャベツ・玉ねぎ・ハイン缶・そら豆
14 ・ 28	木	鶏そぼろ丼 春雨とキャベツの中華サラダ 油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	春野菜の Pasta 牛乳	鶏ひき肉・油揚げ・味噌 牛乳・ツナ・煮干し	米・押麦・砂糖・春雨・ごま ごま油・マカロニ・油	人参・小松菜・キャベツ・きゅうり チンゲン菜・長ねぎ・グレープフルーツ 玉ねぎ・スナップえんどう・にんにく 生姜
15	金	 ~親子遠足~				
18	月	グリーンピースご飯 肉豆腐 キャベツの彩り 和え 人参の味噌汁	マカロニきな粉 牛乳	豚もも肉・豆腐・味噌・牛乳 きな粉・かつお節	米・しらたき・油・砂糖 ごま油・ごま・じゃが芋 マカロニ	グリーンピース・ごぼう・玉ねぎ さやえんどう・キャベツ・ほうれん草 人参・コーン・長ねぎ
19	火	食パン 鶏のマーメレード焼き ディップ野菜 豆乳コーンスープ	しらすわかめおにぎり 牛乳	鶏もも肉・豆乳・牛乳 しらす	食パン・じゃが芋・油・米 マヨネーズ・片栗粉・ごま	マーメレードジャム・人参・きゅうり ケチャップ・玉ねぎ・クリームコーン缶 ほうれん草・わかめ・にんにく パセリ
20	水	ご飯 カレイフライ 五目煮 小松菜の味噌汁 オレンジ	ココアショートブレッド 牛乳	かれい・高野豆腐・油揚げ 大豆・味噌・牛乳・煮干し	米・小麦粉・パン粉・油 砂糖・バター	ケチャップ・ごぼう・人参・小松菜 玉ねぎ・しめじ・オレンジ
22	金	プラスご飯 肉団子の酢豚風 ひじきのミルキー和え 呉汁(福井県) バナナ	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・豆腐・味噌・牛乳 スキムミルク・豆乳・大豆 ヨーグルト・煮干し・油揚げ	米・強化米・片栗粉・油 砂糖・マヨネーズ・ごま 小麦粉	玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・ひじき 切干大根・小松菜・長ねぎ・大根 バナナ
27	水	プラスご飯 鮭の塩こうじ焼き しらすのり 和え キャベツの味噌汁	ハインケーキ 牛乳	鮭・しらす・生揚げ・味噌 牛乳・豆乳・かつお節	米・強化米・米こうじ・砂糖 小麦粉・油	もやし・ほうれん草・人参・刻みのり キャベツ・玉ねぎ・ハイン缶
29	金	ご飯 ホークチョップ ピーマンとじゃが芋のグリル 玉ねぎのスープ	こぎつねおにぎり 炒りいりこ 牛乳	豚もも肉・牛乳・油揚げ 煮干し・かつお節	油・バター・砂糖 じゃが芋・ごま・米	玉ねぎ・ケチャップ・ピーマン・人参 小松菜・パセリ
30	土	生揚げと豚肉の中華丼 キャベツサラダ わかめスープ	じゃこおにぎり 牛乳	生揚げ・豚ひき肉・しらす かつお節・牛乳	米・ごま油・砂糖・片栗粉 ごま	生姜・にんにく・人参・干しいだけ 長ねぎ・グリーンピース・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ・えのき ほうれん草