

風の子保育園・ベビーホーム 幼児・乳児食献立表 令和8年度5月



★5月の魚は「鯖・鮭・鰯・赤魚・ビーチシャーク・ホキ・鯖・メルルーサ」を予定しています。
 ★未食の食材がある場合は、あらかじめご家庭で食べていただくようお願いいたします。
 ★仕入れの都合により、食材を変更する場合があります。
 ★完了食は、乳幼児食を食べやすく配慮して提供します。噛み切りにくい食材は別の食材で対応し、場合によっては除去します。また、生果物は提供しますが、生野菜は加熱しての提供となります。
 ★食品の材料は、【お昼/午後おやつ】で記載しています。

1か月平均栄養量
 ◎幼児：エネルギー523kcal・たんぱく質18g
 ◎乳児：エネルギー436kcal・たんぱく質14g

曜日	
日にち	給食の献立
午前 おやつ (乳児)	赤色の食品 (血や肉になる)
午後 おやつ	緑色の食品 (からだの調子を整える)
	黄色の食品 (力や体温となる)

月	火	水	木	金	土
				1 ごはん さばの照り焼き きゅうりの中華風サラダ 味噌汁(じゃがいも・油揚げ) さば、油揚げ、味噌/牛乳	2 スタミナ丼 りんご
				ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
				にんじん 蒸しパン 牛乳	市販菓子 お茶
				たんじん、百ねぎ、きゅうり セロリ、たまねぎ、青ねぎ /にんじん 米、三温糖、ごま油、じゃがいも /ホットケーキミックス、 三温糖	牛肉 たまねぎ、にんじん、キャベツ にら、りんご 米、三温糖、ごま油
4	5	6	7	8	9
みどりの日	こどもの日	振替休日	ウエハース 牛乳(乳児)	ごはん 高野豆腐の竜田揚げ 小松菜としめじの和え物 豚汁 高野豆腐、かつお節、豚肉、味噌 /牛乳、ヨーグルト	2 鶏の照り焼き丼 バナナ
			バナナチップス ヨーグルト 牛乳	ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
			小松菜、しめじ、にんにく、生姜、 大根、にんじん、ごぼう、しいたけ、 青ねぎ/バナナ	小豆蒸し パン 牛乳	しいたけ、キャベツ、にんじん、 たまねぎ、バナナ 米、三温糖
			米、片栗粉、サラダ油、三温糖、 こんにゃく/ココナッツオイル、	ごはん 鮭の塩麹焼き・昆布の佃煮 キャベツときゅうりの梅和え 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 鮭、味噌/牛乳、小豆	市販菓子 お茶
				きゅうり、キャベツ、昆布、梅干し、 たまねぎ、青ねぎ 米、白ごま、三温糖、じゃがいも/ ホットケーキミックス	鶏肉 しいたけ、キャベツ、にんじん、 たまねぎ、バナナ
11	12	13	14	15	16
ウエハース 牛乳(乳児)	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん ツナと豆腐のつくね焼き ほうれん草のごま和え 野菜ときのこのスープ ツナ、豆腐、鶏手羽元/牛乳、 ヨーグルト	かぼちゃ スティック 牛乳(乳児)	食パン ビーチシャークのカレー唐揚げ おからの骨太サラダ 野菜スープ ビーチシャーク、おから、チーズ、 鶏手羽元/牛乳、しらす	豚丼 りんご
豆腐 ドーナツ 牛乳	せんべい チーズ 牛乳	ごはん ツナと豆腐のつくね焼き ほうれん草のごま和え 野菜ときのこのスープ ツナ、豆腐、鶏手羽元/牛乳、 ヨーグルト	焼きそば 牛乳	ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
ピーマン、赤ピーマン、たまねぎ、 ブロッコリー、にんじん、キャベツ、 わかめ、青ねぎ 米、片栗粉、サラダ油、三温糖 /三温糖、ホットケーキミックス、 サラダ油	たまねぎ、にんじん、トマト、 マッシュルーム、きゅうり、大根、 オレンジ 米、白ごま、三温糖、サラダ油、 ハヤシルウ/塩せんべい	たまねぎ、たんじん、ほうれん草、 しいたけ、エリンギ、しめじ、白菜	にんじん、百ねぎ、しめじ、天根、 かぼちゃ、わかめ、青ねぎ、たけのこ /にら、にんじん、キャベツ	コーン、レタス、きゅうり、にんじん、 もやし、キャベツ/きざみのり 食パン、片栗粉、サラダ油、三温糖、 カレー粉、マヨドレ/米、白ごま	豚肉 たまねぎ、百ねぎ、にんじん、 キャベツ、しめじ、りんご 米、三温糖
ごはん あじの南蛮漬け ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(キャベツ・油揚げ) あじ、かつお節、油揚げ、味噌 /牛乳、豆腐、きな粉	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん ツナと豆腐のつくね焼き ほうれん草のごま和え 野菜ときのこのスープ ツナ、豆腐、鶏手羽元/牛乳、 ヨーグルト	焼きそば 牛乳	しらす おにぎり 牛乳	豚肉 たまねぎ、百ねぎ、にんじん、 キャベツ、しめじ、りんご 米、三温糖
18	19	20	21	22	23
ウエハース 牛乳(乳児)	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き じゃがいもとひじきのほっこり煮 ずまし汁(豆腐・えのき) 鶏肉、赤味噌、油揚げ、豆腐/牛乳	さつまいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 豚肉の中華風炒め 切干大根のナムル わかめスープ 豚肉、鶏手羽元/牛乳	キーマカレー オレンジ
マカロニ きなこ 牛乳	かぼちゃの みたらしお やき 牛乳	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き じゃがいもとひじきのほっこり煮 ずまし汁(豆腐・えのき) 鶏肉、赤味噌、油揚げ、豆腐/牛乳	バナナ 蒸しパン 牛乳	ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
大根、切干大根、きゅうり、青ねぎ、 にんじん、たまねぎ 米、白ごま、三温糖、じゃがいも/ マカロニ、三温糖	キャベツ、たまねぎ、もやし、大根、 水菜、しょうが、白菜、しいたけ、 青ねぎ/かぼちゃ 米、三温糖、ごま油、ぎょうざの皮、 サラダ油/片栗粉、サラダ油、 三温糖	ひじき、にんじん、さやいんげん、 えのき、わかめ、青ねぎ 米、三温糖、ごま油、じゃがいも、 こんにゃく、サラダ油、三温糖/ 小麦粉、メープルシロップ、 サラダ油	にんじん、百ねぎ、しめじ、梅干し、 白菜、しいたけ、キャベツ、青ねぎ /バナナ 米、白ごま、三温糖/ ホットケーキミックス	キャベツ、ピーマン、にんじん、 もやし、たまねぎ、切干大根、わかめ、 きゅうり、しめじ/青のり 米、三温糖、サラダ油、ごま油、 白ごま/じゃがいも、サラダ油、 片栗粉	合挽ミンチ たまねぎ、にんじん、しめじ、 エリンギ、ピーマン、オレンジ 米、サラダ油、カレールウ
25	26	27	28	29	30
ウエハース 牛乳(乳児)	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 豆腐のおとし揚げ キャベツのお浸し 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 豆腐、鶏ひき肉、大豆ミート、味噌、 かつお節/牛乳	さつまいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん メルルーサのコーンフレーク焼き ポテトサラダ 野菜スープ メルルーサ、鶏手羽元/牛乳	麻婆豆腐丼 バナナ
ごはん さわらの西京焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) さわら、白みそ、納豆、味噌/牛乳	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 豆腐のおとし揚げ キャベツのお浸し 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 豆腐、鶏ひき肉、大豆ミート、味噌、 かつお節/牛乳	きなこい もボール 牛乳	ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
小松菜、にんじん、しめじ、青ねぎ たまねぎ、かぼちゃ/ごぼう 米、三温糖/サラダ油	エリンギ、たまねぎ、ほうれん草、 ひじき、ごぼう、にんじん、りんご スバゲッティ、オリーブオイル、 バター、三温糖、シチュールウ、 マヨドレ/コーンフレーク、 水あめ、三温糖	コーン、たまねぎ、さやいんげん、 ひじき、キャベツ、にんじん 米、片栗粉、サラダ油、じゃがいも /食パン、三温糖、バター	たまねぎ、にんじん、百ねぎ、 キャベツ、きゅうり、コーン、水菜、 もやし 米、三温糖、ライスヌードル/ さつまいも、三温糖	キャベツ、ピーマン、にんじん、 もやし、たまねぎ、切干大根、わかめ、 きゅうり、しめじ/青のり 米、三温糖、サラダ油、ごま油、 白ごま/じゃがいも、サラダ油、 片栗粉	豆腐、豚ひき肉、赤味噌 たまねぎ、百ねぎ、しいたけ、にら バナナ 米、片栗粉、サラダ油
25	26	27	28	29	30
ウエハース 牛乳(乳児)	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 豆腐のおとし揚げ キャベツのお浸し 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 豆腐、鶏ひき肉、大豆ミート、味噌、 かつお節/牛乳	さつまいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん メルルーサのコーンフレーク焼き ポテトサラダ 野菜スープ メルルーサ、鶏手羽元/牛乳	麻婆豆腐丼 バナナ
ごはん さわらの西京焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) さわら、白みそ、納豆、味噌/牛乳	じゃがいも スティック 牛乳(乳児)	ごはん 豆腐のおとし揚げ キャベツのお浸し 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 豆腐、鶏ひき肉、大豆ミート、味噌、 かつお節/牛乳	きなこい もボール 牛乳	ビスケット 牛乳(乳児)	市販菓子 お茶(乳児)
小松菜、にんじん、しめじ、青ねぎ たまねぎ、かぼちゃ/ごぼう 米、三温糖/サラダ油	エリンギ、たまねぎ、ほうれん草、 ひじき、ごぼう、にんじん、りんご スバゲッティ、オリーブオイル、 バター、三温糖、シチュールウ、 マヨドレ/コーンフレーク、 水あめ、三温糖	コーン、たまねぎ、さやいんげん、 ひじき、キャベツ、にんじん 米、片栗粉、サラダ油、じゃがいも /食パン、三温糖、バター	たまねぎ、にんじん、百ねぎ、 キャベツ、きゅうり、コーン、水菜、 もやし 米、三温糖、ライスヌードル/ さつまいも、三温糖	キャベツ、ピーマン、にんじん、 もやし、たまねぎ、切干大根、わかめ、 きゅうり、しめじ/青のり 米、三温糖、サラダ油、ごま油、 白ごま/じゃがいも、サラダ油、 片栗粉	豆腐、豚ひき肉、赤味噌 たまねぎ、百ねぎ、しいたけ、にら バナナ 米、片栗粉、サラダ油