



※今月の果物は、ブラッドオレンジ・バナナ・オレンジ・りんご・河内晩柑を予定しています。(入荷状況により日々の使用を決定しています。)

※献立(食材)は保育園の行事・その他の都合により変更になることがありますのでご了承下さい。献立が変更になった場合はお知らせします。

※栄養価の上段は幼児・下段は乳児の数値となっております。

令和8年度5月 給食献立表



★…郷土料理

大島なかよし保育園

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	材料名			栄養価		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
1	金	牛乳 おさつでポン!	▲こどもの日お祝い会▼ ごはん 兜バーグ 筑前煮 若竹汁 ブラッドオレンジ	牛乳 鯉のぼりココアプリン	米 片栗粉 こんにゃく	豆腐 豚ひき肉 鶏もも肉 わかめ	玉ねぎ きゅうり ごぼう にんじん れんこん	549 kcal	21.7 g	1.5 g
					油 さといも 砂糖	牛乳 ゼラチン 豆乳クリーム	しいたけ いんげん たけのこ ブラッドオレンジ いちご	436 kcal	17.4 g	1.4 g
2	16・30 土	牛乳 ビスケット	チキンライス 具だくさんポトフ バナナ	牛乳 バームクーヘン	米 油 砂糖 ジャガ芋	鶏もも肉 ウィンナー	玉ねぎ グリーンピース	543 kcal	15.0 g	1.3 g
					バームクーヘン	牛乳	ブロッコリー にんじん バナナ	448 kcal	12.9 g	1.0 g
7	21 木	牛乳 クラッカー	ごはん かつおの竜田揚げ ゆかり和え みそ汁(なす) りんご	牛乳 7日★お好み焼き(大阪) 21日★お好み焼き(広島)	米 片栗粉 油	鯉 油揚 赤みそ 牛乳	しょうが 大根 きゅうり	526 kcal	23.5 g	1.5 g
					小麦粉 揚げ玉 17日:蒸し麺	豚ひき肉 糸削り あおのり	なす りんご キャベツ	443 kcal	19.2 g	1.3 g
8	22 金	牛乳 おさつでポン!	ブルコギ丼 甘酢キャベツ みそ汁(豆腐) ヨーグルト	牛乳 黒糖蒸しパン	米 ごま油 砂糖 白ごま 油	豚もも肉 豆腐 油揚 白みそ	しょうが にんにく 玉ねぎ ピーマン	589 kcal	24.2 g	1.6 g
					三温糖 ホットケーキ粉 黒糖	ヨーグルト 牛乳 豆乳	赤ピーマン キャベツ にんじん ほうれん草	460 kcal	19.1 g	1.3 g
9	23 土	牛乳 ビスケット	親子うどん 青菜ときのこの和風マヨ和え バナナ	牛乳 カップケーキ	うどん ごま油 マヨドレ	鶏もも肉 たまご	玉ねぎ にんじん 葉ねぎ	538 kcal	19.9 g	1.6 g
					カップケーキ	油揚 牛乳	小松菜 えのき バナナ	428 kcal	16.6 g	1.3 g
11	25 月	牛乳 星のコーン スナック	ごはん ゴマダレ豚しゃぶ 大根とちくわの煮物 みそ汁(小松菜) りんご	牛乳 おいもきんとん	米 砂糖 白ごま	豚ロース肉 わかめ 赤/白みそ	レタス にんじん 大根 小松菜	566 kcal	20.3 g	1.6 g
					マヨドレ さつまいも	ちくわ 高野豆腐 牛乳	りんご パイナップル(缶詰)	467 kcal	16.8 g	1.2 g
12	26 火	牛乳 棒ビスケット	ミルクパン 鶏肉のパン粉焼き かぼちゃサラダ オニオンスープ バナナ	牛乳 こぎつねごはん	ミルクパン マヨドレ パン粉	鶏もも肉 白みそ ベーコン	とうもろこし パセリ かぼちゃ にんじん	577 kcal	21.9 g	1.6 g
					三温 米 砂糖	牛乳 油揚	きゅうり 玉ねぎ バナナ 干し椎茸	493 kcal	18.9 g	1.5 g
13	27 水	牛乳 のりもの ビスケット	ごはん 焼き鯖のおろし煮 白和え みそ汁(なめこ) オレンジ	牛乳 キャロットケーキ	米 油 三温糖 砂糖 白ごま	鯖 豆腐 白/赤みそ	しょうが 大根 ほうれん草	564 kcal	21.8 g	1.5 g
					ホットケーキ粉 豆乳バター	牛乳 豆乳	にんじん なめこ 長ねぎ オレンジ	470 kcal	18.2 g	1.3 g
14	28 木	牛乳 クラッカー	スパゲッティナポリタン コロコロサラダ キャベツスープ りんご	牛乳 きなこおにぎり	スパゲティ 油 ジャガ芋	鶏もも肉 豚ひき肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン きゅうり	557 kcal	25.3 g	1.7 g
					マヨドレ 砂糖 米	牛乳 きな粉	キャベツ とうもろこし りんご	465 kcal	18.7 g	1.2 g
15	29 金	牛乳 おさつでポン!	旨煮丼 マカロニサラダ みそ汁(わかめ) ブラッドオレンジ	牛乳 メロンパン風トースト	米 ごま油 砂糖 片栗粉 マカロニ マヨドレ 食パン ホットケーキ粉 豆乳バター グラニュー糖 さといも	厚揚げ 豚もも肉 鶏むね肉	にんじん 玉ねぎ 干し椎茸 もやし	617 kcal	25.1 g	1.7 g
						豆腐 わかめ 白みそ 牛乳 豆乳	チンゲン菜 きゅうり ブラッドオレンジ	500 kcal	20.2 g	1.3 g
18	月	牛乳 星のコーン スナック	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き もやしの和風和え みそ汁(さといも) りんご	牛乳 クラッカーサンド(ジャム)	米 ごま油 米こうじ	鶏もも肉 白みそ	長ねぎ にんにく もやし 小松菜	585 kcal	20.8 g	1.2 g
					砂糖 さといも クラッカー	牛乳	にんじん 豆苗 りんご いちごジャム	471 kcal	17.1 g	0.9 g
19	火	牛乳 棒ビスケット	ツナサンド のり塩ポテト カラフルソテー きのことスープ バナナ	牛乳 鮭わかめおにぎり	食パン マヨドレ ジャガ芋	ツナ 青のり 豚もも肉	きゅうり にんじん アスパラガス キャベツ 葉ねぎ	546 kcal	22.5 g	1.4 g
					油 豆乳バター 米	鶏もも肉 牛乳 鮭 わかめ	とうもろこし えのき エリンギ しめじ バナナ	443 kcal	18.7 g	1.2 g
20	水	牛乳 のりもの ビスケット	★豆ごはん(和歌山) 春巻き はりはりサラダ チンゲン菜スープ 河内晩柑	牛乳 ウィンナーポート	米 春巻きの皮 春雨 ごま油 油 砂糖 片栗粉 白ごま マヨドレ ホットケーキ粉 豆乳バター	豚ひき肉 ささみ	グリーンピース にんじん もやし いら 切干大根	526 kcal	18.1 g	1.7 g
						牛乳 豆乳 ウィンナー	キャベツ 干し椎茸 チンゲン菜 玉ねぎ 河内晩柑	461 kcal	15.5 g	1.4 g