

# 2026年5月 献立表

きりしま保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
1(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	兜春巻き 春巻きの皮 じゃがいも バター コシメ 油 牛乳
2(土)	わかめスープ パナ	中華麺 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 わかめ コシメ 醤油 塩 パナ	加タードロールパン 2~5歳児 まがりせんべい 0・1歳児 マリビスケット 牛乳
7(木)	ごはん 鶏のハーフチーリース マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ 水炊き 人参 マドレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
8(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
9(土)	たぬきうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん チーズ	パティロールパン 2~5歳児 雪の宿 0・1歳児 ウィーク 牛乳
11(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 バター じゃがいも 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	ブレンドケーキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 バター キングパウダー 豆乳 牛乳
12(火)	ハンバーグ きゃべつのサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コシメ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマトソース 醤油 ウスターソース 塩 水炊き きゅうり キャベツ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちごシロップ 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい
13(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
14(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 バター キングパウダー 水 油 牛乳
15(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
16(土)	和風ちゃんぽん パナ	中華麺 バター キャベツ 人参 たけのこ もやし ねぎ コシメ 醤油 塩 パナ	北海道ミルクパン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 お子様せんべい 牛乳
18(月)	ごはん 豚肉の生姜炒め コシメ汁 みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 生姜 油 醤油 みりん 三温糖 バター じゃがいも 油 コシメ 塩 麩 ほうれん草 かつおだし汁 みそ	きなこパースタウト 食パン きな粉 三温糖 マーガリン 牛乳
19(火)	鶏の甘辛煮丼 ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	米 鶏もも肉 玉ねぎ 醤油 みりん 三温糖 油 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 卵 えのき ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	あずきワッフル 小麦粉 ゆであずき 三温糖 油 水 牛乳
20(水)	ごはん 魚のフライ リンゴサラダ みそ汁	米 鱈 小麦粉 バター キングパウダー 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖 キャベツ 人参 きゅうり コシメ 油 酢 三温糖 塩 南瓜 玉ねぎ 油揚げ かつおだし汁 みそ	りんごかん 寒天 三温糖 水 りんごジュース 牛乳
21(木)	ごはん 鶏のハーフチーリース マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ 水炊き 人参 マドレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
22(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
23(土)	煮込みうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 ほうれん草 しいたけ ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん 塩 チーズ	加タードロールパン 2~5歳児 星たべよ 0・1歳児 ハルイ 牛乳

# 2026年5月 献立表

きりしま保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
25(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 パセリ じゃがいも 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	プレーンケーキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 パセリ パセリ 豆乳 牛乳
26(火)	ハヤシ きゃべつのサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コシメ 水 三温糖 小麦粉 かつお トマトジュレ 醤油 ウスターソース 塩 お水煮 きゅうり かつお 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちごジャム 三温糖 2~5歳児 クッキー 0・1歳児 お子様せんべい
27(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
28(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 かつお 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 パセリ パセリ 水 油 牛乳
29(金)	ごはん 魚の竜田揚げ きゅうりのごま和え みそ汁	米 たら 醤油 酒 生姜 片栗粉 油 鶏ささ身 酒 きゅうり 人参 三温糖 醤油 ごま かつお 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
30(土)	コロッケ パナ	中華麺 パセリ 白菜 玉ねぎ コシメ ねぎ コシメ 醤油 塩 パナ	ミニ黒糖パン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 野菜せんべい 牛乳

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります  
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です  
 ※0、1歳児クラスは、市販菓子によっては赤ちゃん用のお菓子に代わります

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。  
 集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。  
 保育園で初めて口にしない食材がないよう、食物アレルギーのないお子様も  
 毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に  
 食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



## 給食のスプーンとフォークについて

- 印の日はスプーンをお持ちください
- 印の日はフォークをお持ちください  
(お箸を持参されているお子様は  
フォークの持参は不要です)
- (0、1、2歳児クラスには、  
スプーン・フォークを提供しています)

## 今月のおすすめ献立 いももち



### 【材料】

- じゃが芋 100g
- 片栗粉 小さじ4  
(たれ)
- ☆水 大さじ2
- ☆醤油 小さじ1
- ☆砂糖 小さじ1
- ☆みりん 小さじ1
- ☆片栗粉 小さじ1/2

### 【作り方】

- ①じゃが芋の皮をむき、電子レンジにかけるなどで柔らかくしてつぶして片栗粉を加えよく混ぜる。  
(バター5g程度を溶かし混ぜても美味しいです！)
- ②平たい円形にしてオープン180℃で15分焼くか、油をひいたフライパンでふたをし、中火で両面をこんがり焼く。
- ③☆の材料を耐熱容器に入れ良く混ぜてから、電子レンジ600wで30秒加熱する。一度だし、よく混ぜてからもう一度10～20秒ほど加熱したれを作る。※レンジにより違いがあるので様子を見ながら加熱して下さい。  
焼き上がったいももちにたれをかけて出来上がりです！



### 調理室より

春から初夏にかけて、きゃべつ・新玉ねぎ・そら豆 アスパラガスなどの美味しい旬の野菜が増えてきます。旬の食材は栄養が豊富で味もよく、食べやすいです。園でも季節の食材を取り入れ、食べる楽しさを伝えていきたいです。



# 2026年5月 献立表

こうたり保育園

日付	献立名	材料名	おやつ	延長
1(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	兜春巻き 春巻きの皮 じゃがいも バター コシメ 油 牛乳	2~5歳児 リトせんべい 0・1歳児 ミルク
2(土)	若菜ごはん わかめスープ	米 若菜 中華麺 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 わかめ コシメ 醤油 塩	かたどろりん 2~5歳児 まがりせんべい 0・1歳児 マリビスタット 牛乳	
7(木)	ごはん 鶏のバークーリス マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ 水餃子 人参 マヨネーズ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳	塩こんぶごはん
8(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳	2~5歳児 ぱりんこ 0・1歳児 野菜せんべい
9(土)	おかかごはん ためきうどん	米 おかかふりかけ うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん	バジルドリン 2~5歳児 雪の宿 0・1歳児 ウィース 牛乳	
11(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 バター じゃがいも 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	プレーンキ 小麦粉 卵 マガリン 三温糖 バター ケチャップ ムース 豆乳 牛乳	ゆかりごはん
12(火)	パンケーキ きやべつサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コシメ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマト 醤油 ウスターソース 塩 水餃子 きゅうり キャベツ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストベリーヨーグルト ヨーグルト いちごジャム 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい	わかめごはん
13(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳	2~5歳児 動物ビスケット 0・1歳児 たべっこパティ
14(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 バター ケチャップ 水 油 牛乳	鶏そぼろごはん
15(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳	2~5歳児 リトせんべい 0・1歳児 マリビスタット
16(土)	ごはん(ふりかけ) 和風ちゃんぽん	米 ゆかり 中華麺 バター キャベツ 人参 たけのこ もやし ねぎ コシメ 醤油 塩	北海道ミルク 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 お子様せんべい 牛乳	
18(月)	ごはん 豚肉の生姜炒め コシメ汁 みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 生姜 油 醤油 みりん 三温糖 バター じゃがいも 油 コシメ 塩 麩 ほうれん草 かつおだし汁 みそ	きなこパスタ 食パン きな粉 三温糖 マガリン 牛乳	若菜ごはん
19(火)	鶏の甘辛煮丼 ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	米 鶏もも肉 玉ねぎ 醤油 みりん 三温糖 油 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 卵 えのき ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	あずきパウンド 小麦粉 ゆであずき 三温糖 油 水 牛乳	鮭フレークごはん
20(水)	ごはん 魚のフライ フルーツサラダ みそ汁	米 鯖 小麦粉 バター ケチャップ 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖 キャベツ 人参 きゅうり コシメ 油 酢 三温糖 塩 南瓜 玉ねぎ 油揚げ かつおだし汁 みそ	りんごかん 寒天 三温糖 水 りんごジュース 牛乳	2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 マリビスタット
21(木)	ごはん 鶏のバークーリス マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ 水餃子 人参 マヨネーズ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳	塩こんぶごはん
22(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳	2~5歳児 ぱりんこ 0・1歳児 野菜せんべい
23(土)	若菜ごはん 煮込みうどん	米 若菜 うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 ほうれん草 しいたけ ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん 塩	かたどろりん 2~5歳児 星たべよ 0・1歳児 ミルク 牛乳	

# 2026年5月 献立表

こうたり保育園

日付	献立名	材料名	おやつ	延長
25(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 パスタ じゃがいも 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	プレーンケーキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 ベーキングパウダー 豆乳 牛乳	ゆかりごはん
26(火)	カレーライス きしゃべつのおやつ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コシメ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマトソース 醤油 ウスターソース 塩 お水煮 きゅうり じゃがいも 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちごジャム 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい	わかめごはん
27(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳	2~5歳児 動物ビスケット 0・1歳児 たべっこおひたし
28(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 じゃがいも 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水 油 牛乳	鶏そぼろごはん
29(金)	ごはん 魚の竜田揚げ きゅうりのごま和え みそ汁	米 たら 醤油 酒 生姜 片栗粉 油 鶏ささ身 酒 きゅうり 人参 三温糖 醤油 ごま じゃがいも 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳	2~5歳児 リトせんべい 0・1歳児 パン
30(土)	わかめごはん コシメチマ	米 炊き込みわかめ 中華麺 パスタ 白菜 玉ねぎ コシメ ねぎ コシメ 醤油 塩	ミニ黒糖パン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 野菜せんべい 牛乳	

- ※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります
- ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です
- ※0・1歳児クラスは、市販菓子によっては赤ちゃん用のお菓子に代わります

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。  
 集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。  
 保育園で初めて口にしない食材がないよう、食物アレルギーのないお子様も  
 毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に  
 食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



## 給食のスプーンとフォークについて

- 印の日はスプーンをお持ちください
- 印の日はフォークをお持ちください  
(お箸を持参されているお子様はフォークの持参は不要です)
- (0・1・2歳児クラスには、スプーン・フォークを提供しています)

### 今月のおすすめ献立 いももち



- |                  |   |
|------------------|---|
| <b>【材料】</b>      | <b>【作り方】</b>  |
| じゃが芋 100g        | ①じゃが芋の皮をむき、電子レンジにかけるなどで柔らかくしてつぶして片栗粉を加えよく混ぜる。   |
| 片栗粉 小さじ4<br>(たれ) | (バター5g程度を溶かし混ぜても美味しいです!)  |
| ☆水 大さじ2          | ②平たい円形にしてオープン180℃で15分焼くか、油をひいたフライパンでふたをし、中火で両面をこんがり焼く。  |
| ☆醤油 小さじ1         |   |
| ☆砂糖 小さじ1         |   |
| ☆みりん 小さじ1        | ③☆の材料を耐熱容器に入れ良く混ぜてから、電子レンジ600wで30秒加熱する。一度だし、よく混ぜてからもう一度10~20秒ほど加熱したれを作る。※レンジにより違いがあるので様子をみながら加熱して下さい。 |
| ☆片栗粉 小さじ1/2      |   |
|                  | 焼き上がったいももちにたれをかけて出来上がりです!   |



調理室より

新年度が始まり1ヶ月が経ちましたが、新しい環境には慣れてきたでしょうか？  
 緊張していてもごはんを食べてお腹がいっぱいになるとほっとしますね。  
 給食やおやつの時間がほっとできる時間となることを願っています。

