

2026年5月 献立表

きりしま保育園

日付	初期 (5~6ヶ月児)	中期(7~8ヶ月児)	後期(9~11ヶ月児)		完了期 (12~18ヶ月児)			
		午前	午前	午後			午後	
1(金)	おかゆ かれい 人参 きゃべつ 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 人参 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 みそ汁	鮭 だし汁 醤油 人参 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 だし汁 醤油 きゃべつ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (わかめ)
2(土)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁 野菜スープ	煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ だし汁 醤油	ミルク 食パン
7(木)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ さつまい 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ さつまい だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 さつまい だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋 おやき (じゃが芋 塩)	軟飯 豆腐煮 鶏肉のケチャップ煮 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ さつまい だし汁 わかめ 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)
8(金)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし 野菜の煮物 すまし汁	かれい だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 豆腐 だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け ごま和え すまし汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 だし汁 豆腐 白菜 ねぎ だし汁 醤油	ミルク スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ ケチャップ)
9(土)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ 白菜 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 野菜スープ	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 醤油	ミルク 食パン
11(月)	おかゆ 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 鶏ひき肉のそぼろ煮 温野菜 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 片栗粉 じゃが芋 だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 肉団子 切干大根煮 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 切干大根 人参 だし汁 醤油 三温糖 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク プレーンケーキ (小麦粉 卵 豆乳 マガリ 三温糖 バニリンパウダー)
12(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 きゃべつ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様 せんべい	軟飯 豆腐煮 牛肉のケチャップ煮 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 ケチャップ きゃべつ だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様せんべい
13(水)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 大根 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 大根 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 大根の煮物 煮びたし みそ汁	かれい だし汁 醤油 大根 人参 だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け おなか和え みそ汁	かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 だし汁 ほうれん草 人参 かつお節 醤油 豆腐 大根 ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (ゆかり)
14(木)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 きゃべつ 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク さつまい	軟飯 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー 塩 だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク 白蒸しパン (小麦粉 三温糖 バニリンパウダー 水 油)
15(金)	おかゆ かれい 人参 玉ねぎ かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 人参 玉ねぎ かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	鮭 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の照り焼き ひじき煮 かぼちゃの煮物 みそ汁	鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (わかめ)
16(土)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 きゃべつ 人参 だし汁 野菜スープ	豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん きゃべつ 人参 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん きゃべつ 人参 だし汁 醤油	ミルク 食パン
18(月)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ きゃべつ じゃが芋 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ きゃべつ じゃが芋 だし汁 野菜スープ	豚肉と野菜の煮物 温野菜 みそ汁	豚肉 玉ねぎ きゃべつ だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 豆腐 だし汁 みそ	ミルク パン粥 または 食パン	豚肉と野菜の煮物 温野菜 みそ汁	豚肉 玉ねぎ きゃべつ だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 食パン
19(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク かぼちゃ	軟飯 豆腐煮 鶏肉の甘辛煮 おなか和え すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 玉ねぎ 油 醤油 みりん 三温糖 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク プレーンサブレ (小麦粉 三温糖 油 水)
20(水)	おかゆ かれい きゃべつ 人参 かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 きゃべつ 人参 かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし かぼちゃの煮物 みそ汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け 煮びたし かぼちゃの煮物 みそ汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (若菜)
21(木)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ さつまい 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ さつまい だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 さつまい だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋 おやき (じゃが芋 塩)	軟飯 豆腐煮 鶏肉のケチャップ煮 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ さつまい だし汁 わかめ 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)

2026年5月 献立表

きりしま保育園

日付	初期 (5~6ヶ月児)		中期(7~8ヶ月児)		後期(9~11ヶ月児)		完了期 (12~18ヶ月児)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
22(金)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし 野菜の煮物 すまし汁	かれい だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 豆腐 だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け ごま和え すまし汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 だし汁 豆腐 白菜 ねぎ だし汁 醤油	ミルク スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ ケチャップ)
23(土)	おかゆ 豆腐 ほうれん草 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 ほうれん草 人参 だし汁 野菜スープ	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 ほうれん草 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 ほうれん草 だし汁 醤油	ミルク 食パン
25(月)	おかゆ 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 鶏ひき肉のそぼろ煮 温野菜 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 片栗粉 じゃが芋 だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 肉団子 切干大根煮 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 切干大根 人参 だし汁 醤油 三温糖 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク ブレーンケーキ (小麦粉 卵 豆乳 マーガリン 三温糖 ベーキングパウダー)
26(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 きゃべつ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様 せんべい	軟飯 豆腐煮 牛肉のケチャップ煮 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様せんべい
27(水)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 大根 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 大根 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 大根の煮物 煮びたし みそ汁	かれい だし汁 醤油 大根 人参 だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け おなか和え みそ汁	かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 だし汁 ほうれん草 人参 かつお節 醤油 豆腐 大根 ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (ゆかり)
28(木)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 じゃが芋 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 じゃが芋 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク さつま芋	軟飯 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 じゃが芋 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー 塩 だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク 白蒸しパン (小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水 油)
29(金)	おかゆ たら 人参 玉ねぎ かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ たら だし汁 人参 玉ねぎ かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	たら だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け きゅうりのごま和え かぼちゃの煮物 みそ汁	たら だし汁 醤油 鶏ささ身 酒 きゅうり 人参 三温糖 醤油 ごま だし汁 かぼちゃ だし汁 醤油 じゃが芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (わかめ)
30(土)	おかゆ 豆腐 白菜 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 白菜 玉ねぎ 野菜スープ	豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん 白菜 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん 白菜 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク 食パン

※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

～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。



食材が食べにくい時は、だし汁や野菜
 スープに片栗粉でとろみをつけ食べやす
 くしています。
 献立表には記載していませんが、片栗粉
 を使用しています。



調理室より

春から初夏にかけて、じゃが芋・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ブン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み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！

2026年5月 献立表

こうたり保育園

日付	初期 (5~6ヶ月児)		中期(7~8ヶ月児)		後期(9~11ヶ月児)		完了期 (12~18ヶ月児)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1(金)	おかゆ かれい 人参 きゃべつ 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 人参 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 みそ汁	鮭 だし汁 醤油 人参 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 だし汁 醤油 きゃべつ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (わかめ)
2(土)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ だし汁 醤油	ミルク 食パン
7(木)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ さつまい 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ さつまい だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 さつまい だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋 おやき (じゃが芋 塩)	軟飯 豆腐煮 鶏肉のケチャップ煮 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ さつまい だし汁 わかめ 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)
8(金)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし 野菜の煮物 すまし汁	かれい だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 豆腐 だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け ごま和え すまし汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 だし汁 豆腐 白菜 ねぎ だし汁 醤油	ミルク スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ ケチャップ)
9(土)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ 白菜 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 白菜 だし汁 醤油	ミルク 食パン
11(月)	おかゆ 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 鶏ひき肉のそぼろ煮 温野菜 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 片栗粉 じゃが芋 だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 肉団子 切干大根煮 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 切干大根 人参 だし汁 醤油 三温糖 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク プレーンケーキ (小麦粉 卵 豆乳 マカリア 三温糖 パセリ)
12(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 きゃべつ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様 せんべい	軟飯 豆腐煮 牛肉のケチャップ煮 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 ケチャップ きゃべつ だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様せんべい
13(水)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 大根 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 大根 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 大根の煮物 煮びたし みそ汁	かれい だし汁 醤油 大根 人参 だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け おかかかえ みそ汁	かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 だし汁 ほうれん草 人参 かつお節 醤油 豆腐 大根 ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (ゆかり)
14(木)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 きゃべつ 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク さつまい	軟飯 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー 塩 だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク 白蒸しパン (小麦粉 三温糖 パセリ 水 油)
15(金)	おかゆ かれい 人参 玉ねぎ かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 人参 玉ねぎ かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	鮭 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の照り焼き ひじき煮 かぼちゃの煮物 みそ汁	鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (わかめ)
16(土)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 きゃべつ 人参 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん きゃべつ 人参 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん きゃべつ 人参 だし汁 醤油	ミルク 食パン
18(月)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ きゃべつ じゃが芋 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ きゃべつ じゃが芋 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豚肉と野菜の煮物 温野菜 みそ汁	豚肉 玉ねぎ きゃべつ だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 豆腐 だし汁 みそ	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 豚肉と野菜の煮物 温野菜 みそ汁	豚肉 玉ねぎ きゃべつ だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 食パン
19(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク かぼちゃ	軟飯 豆腐煮 鶏の甘辛煮 おかかかえ すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 玉ねぎ 油 醤油 みりん 三温糖 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク プレーンサブレ (小麦粉 三温糖 油 水)
20(水)	おかゆ かれい きゃべつ 人参 かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 きゃべつ 人参 かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし かぼちゃの煮物 みそ汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け 煮びたし かぼちゃの煮物 みそ汁	かれい だし汁 醤油 きゃべつ 人参 だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク おにぎり (若菜)
21(木)	おかゆ 豆腐 人参 玉ねぎ さつまい 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 玉ねぎ さつまい だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 さつまい だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋 おやき (じゃが芋 塩)	軟飯 豆腐煮 鶏肉のケチャップ煮 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ さつまい だし汁 わかめ 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)

2026年5月 献立表

こうたり保育園

日付	初期 (5~6ヶ月児)	中期(7~8ヶ月児)	後期(9~11ヶ月児)		完了期 (12~18ヶ月児)		
		午前	午前	午後		午後	
22(金)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 煮びたし 野菜の煮物 すまし汁	かれい だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 豆腐 だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け ごま和え すまし汁	ミルク スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ ケチャップ)
23(土)	おかゆ 豆腐 ほうれん草 人参 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 ほうれん草 人参 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 ほうれん草 だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 煮込みうどん	ミルク 食パン
25(月)	おかゆ 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 人参 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 鶏ひき肉のそぼろ煮 温野菜 すまし汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 片栗粉 じゃが芋 だし汁 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 肉団子 切干大根煮 すまし汁	ミルク プレーンケーキ (小麦粉 卵 豆乳 マーガリン 三温糖 ペーキングパウダー)
26(火)	おかゆ 豆腐 玉ねぎ 人参 きゃべつ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 醤油	ミルク ヨーグルト お子様 せんべい	軟飯 豆腐煮 牛肉のケチャップ煮 すまし汁	ミルク ヨーグルト お子様せんべい
27(水)	おかゆ かれい ほうれん草 人参 大根 野菜スープ	おかゆ かれい だし汁 ほうれん草 人参 大根 だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 大根の煮物 煮びたし みそ汁	かれい だし汁 醤油 大根 人参 だし汁 醤油 ほうれん草 だし汁 醤油 豆腐 だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け おなか和え みそ汁	ミルク おにぎり (ゆかり)
28(木)	おかゆ 豆腐 きゃべつ 人参 ブロッコリー 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 きゃべつ 人参 ブロッコリー だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 醤油 豚肉 じゃが芋 人参 だし汁 醤油 ブロッコリー だし汁 わかめ だし汁 醤油	ミルク さつま芋	軟飯 豆腐煮 豚肉と野菜の煮物 温野菜 すまし汁	ミルク 白蒸しパン (小麦粉 三温糖 ペーキングパウダー 水 油)
29(金)	おかゆ たら 人参 玉ねぎ かぼちゃ 野菜スープ	おかゆ たら だし汁 人参 玉ねぎ かぼちゃ だし汁 野菜スープ	軟飯+おかゆ 魚の煮付け 野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	たら だし汁 醤油 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 かぼちゃ だし汁 醤油 きゃべつ だし汁 みそ	ミルク 粥 または おにぎり	軟飯 魚の煮付け きゅうりのごま和え かぼちゃの煮物 みそ汁	ミルク おにぎり (わかめ)
30(土)	おかゆ 豆腐 白菜 玉ねぎ 野菜スープ	おかゆ 豆腐 だし汁 白菜 玉ねぎ 野菜スープ	軟飯+おかゆ 豆腐煮 煮込みうどん	豆腐 だし汁 醤油 うどん 白菜 玉ねぎ だし汁 醤油	ミルク パン粥 または 食パン	軟飯 豆腐煮 煮込みうどん	ミルク 食パン

※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

～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作る食材がないよう、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。

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ブン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み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！



食材が食べにくい時は、だし汁や野菜スープに片栗粉でとろみをつけ食べやすくしています。

献立表には記載していませんが、片栗粉を使用しています。



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。

