5月予定献立表

かみかみメニューには◎印をつけてあります。　　2026年5月　聖隷こども園こうのとり東

日付	曜日	行事	献立名	おやつ 乳児・午前	おやつ 乳幼児・午後	幼児 エネルギー kcal / たんぱく質g	幼児 脂質 g / 塩分 g	乳児 エネルギー kcal / たんぱく質g	乳児 脂質 g / 塩分 g
1	金	特別保育	ごはん 給食	お茶 せんべい	豆乳 バウムクーヘン	498 22.5	15.7 1.0	397 17.8	12.9 0.8
2	土	特別保育	ごはん 給食	お茶 お菓子	お茶 お菓子	504 13.5	11.4 1.2	422 11.5	9.5 1.0
4	月	みどりの日							
5	火	こどもの日							
6	水	振替休日							
7	木		スパゲティミートソース　大学南瓜　チーズ オレンジ　豆乳	お茶 せんべい	お茶・ビスケット こいのぼりゼリー	598 22.4	20.6 1.5	507 17.7	15.8 1.1
8	金		ごはん　豚肉と彩り野菜の塩こうじ炒め　そら豆 みそ汁(じゃが芋・油揚げ)　バナナ　お茶	お茶 クラッカー	牛乳 メロンパン	614 23.8	19.5 1.7	471 18.6	16.5 1.5
9	土		焼きそば　若布スープ ゼリー　フルーツ　お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	455 13.5	11.0 2.0	410 11.2	10.1 1.6
11	月		ごはん　焼き魚　青梗菜の中華和え みそ汁(豆腐・若布)　バナナ　お茶	お茶 チーズ	牛乳 プリン	542 23.6	18.5 1.6	437 20.7	16.4 1.5
12	火		カレードック　キャベツのパインサラダ　トマト さつまいものスープ　キウイ　牛乳	豆乳 クラッカー	お茶 人参としらすのおやき	555 18.7	14.3 1.8	512 17.7	16.7 1.7
13	水		ごはん　鶏肉のから揚げ　アスパラのおかか和え みそ汁(麩・えのき)　オレンジ　お茶	お茶 ビスケット	牛乳 ◎ピザトースト	574 25.7	19.0 1.9	444 20.0	16.0 1.5
14	木		けんちんうどん　もやしのツナ酢和え　南瓜のグリル メロン　豆乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 コーンフレーククッキー	584 22.5	16.5 1.6	513 20.9	15.6 1.4
15	金		ごはん　つくねバーグ　ほうれん草サラダ 納豆汁　パイン　お茶	お茶 バナナ	牛乳 マカロニきなこ	565 22.5	14.6 1.6	468 18.4	12.1 1.3
16	土		麻婆丼　トマトときゅうりの塩昆布和え みそ汁(大根・えのき)　フルーツ　豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	448 16.3	13.6 1.7	361 12.6	11.9 1.3
18	月		ごはん　鶏照り焼き　ブロッコリーとツナのソテー みそ汁(南瓜・えのき)　パイン　お茶	豆乳 ビスケット	牛乳 バナナ・◎せんべい	529 21.4	12.1 1.6	487 20.0	14.0 1.4
19	火		食パン　魚の若草焼き　春雨の中華サラダ じゃが芋のスープ　バナナ　牛乳	お茶 クラッカー	豆乳 かんぴょうおにぎり	632 25.3	18.1 1.3	512 19.7	16.7 1.2
20	水		ごはん　厚揚げのごまみそ焼き　◎きんぴらごぼう ソーキ汁　メロン　お茶	お茶 チーズ	牛乳 ◎梅ラスク	577 20.0	19.4 1.7	445 16.9	17.7 1.5
21	木		味噌ラーメン　さつま芋の甘煮　ブロッコリー キウイ　豆乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 お好み焼き	584 23.1	16.9 1.6	511 21.3	16.1 1.4
22	金		ごはん　ソースチキンカツ　恐竜の巣ごもりポテト　 みそ汁(油揚げ・しめじ)　オレンジ　お茶	お茶 バナナ	お茶 アイスクリーム	584 21.8	18.8 1.7	498 17.6	16.0 1.4
23	土		おにぎり　豚汁 ヨーグルト　フルーツ　お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	425 13.1	6.5 1.4	365 11.1	7.5 1.2
25	月		ごはん　◎豚肉とごぼうのみそ炒め煮　胡瓜の即席漬け すまし汁(青菜・豆腐)　バナナ　お茶	お茶 せんべい	牛乳 青のり麩ラスク	538 18.5	20.4 1.4	431 15.0	16.6 1.1
26	火		食パン　アスパラとしらすの卵焼き　ほうれん草のソテー レタススープ　キウイ　牛乳	お茶 ビスケット	牛乳 抹茶ちんすうこう	592 22.6	25.5 1.4	518 19.3	22.0 1.2
27	水		ごはん　煮魚　梅納豆和え みそ汁(若布・大根)　メロン　お茶	お茶 チーズ	牛乳 ジャムサンド	582 25.1	12.6 1.7	416 19.5	11.8 1.6
28	木		醤油ラーメン　◎大豆としらすの甘辛和え　トマト オレンジ　牛乳	お茶 ヨーグルト	豆乳 きな粉おはぎ	532 21.8	13.3 1.9	466 20.1	12.8 1.6
29	金		ひじきごはん　肉じゃが　トマト みそ汁(青菜・若布)　パイン　お茶	豆乳 バナナ	お茶 ヨーグルト・ウエハース	515 18.0	11.3 1.7	493 17.9	12.4 1.4
30	土		ツナサンド　クリームシチュー フルーツ　豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	483 19.3	17.0 2.8	366 14.3	12.8 2.0

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◊お料理で全国制覇◊

今月の福井県には世界でも指折りの「恐竜博物館」があります。50体もの恐竜全身骨格や巨大ジオラマなど見応えったっぷりです！

それにちなんで「恐竜の巣ごもりポテト」を提供します。当日はぜひサンプルケースを見て行ってくださいね♪

福井では「ソースカツ丼」も有名で、給食では「ソースチキンカツ」を提供します。

♪ ふくいうまいもんのうた ♪　　＊大坂うまいもんの歌の替え歌です＊

ふくいには　うんめえもんが　ひっでに あるやざー　そーすかつどん　てんぷなうまい

ふくいには　おもいでなあとこが　ひっでに　あるやざー　きょうりゅうはくぶつかん　えいへいじ