



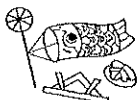
令和8年度5月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
1 (金)	ごはん 豆腐のまさご揚げ きゅうりのごまあえ 麩のみそ汁	米、むきえび 油、片栗粉 麩、砂糖 菓子	牛乳、豆腐、鶏肉 チーズ、味噌、卵 煮干し、しらす干し ごま	胡瓜、人参、ねぎ、若布	しょう油、酒、塩 麦茶	牛乳 牛乳 前田クラッカー チーズ
2 (土)	ごはん(以上児) 豆乳タンタンめん バナナ	米、中華めん ごま油 菓子	牛乳、豆乳、鶏肉 みそ、赤みそ すりごま	バナナ、トマト、生姜 チンゲンサイ	酒、しょうゆ がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 おにぎりせんべい
7 (木)	ごはん チキンカレー ヨーグルトサラダ	米、じゃがいも 油、菓子	牛乳、鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	玉葱、みかん缶、桃缶 パイン缶、人参 グリーンピース	カレールウ スープ素 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 丸ボーロ(未満児) 柏もち(以上児)
8 (金)	ごはん 春雨とちりめんの油炒め もやしと卵の中華スープ 	米、春雨 砂糖、油 片栗粉	牛乳、豚肉、卵 きな粉、しらす干し	玉葱、キャベツ、もやし 人参、さやいんげん ねぎ	しょう油、塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 マカロニ黄粉あえ
9 (土)	ごはん(以上児) かやくうどん バナナ	米、乾うどん 油、砂糖 菓子	牛乳、牛肉、かまぼこ 油揚、煮干し	バナナ、人参 ほうれん草、昆布	しょう油、塩 麦茶	牛乳 牛乳 ハーベスト
11 (月)	ごはん 八宝菜 もやしと人参の中華スープ 	米、片栗粉 油、砂糖 ごま油 菓子	牛乳、豚肉、かまぼこ	玉葱、キャベツ、もやし 人参、たけのこ さやいんげん、ねぎ 干椎茸	しょう油、塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 丸ボーロ
12 (火)	ごはん 厚揚げと小松菜の和風炒め かぼちゃのみそ汁  ふりかけ作り (つき・ひかり)	米、油、砂糖 ホットケーキミックス (乳・卵なし)	牛乳、厚揚げ、豚肉 豆腐、味噌、煮干し かつお節 しらす干し、ごま	小松菜、玉葱、南瓜 人参、ねぎ、あおのり	しょう油、みりん 麦茶	牛乳 牛乳 豆腐ドーナツ
13 (水)	パン わんぱくハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	食パン、パン粉 油 菓子	牛乳、合いびき肉 鶏レバー、卵	トマト、玉葱、キャベツ コーン、人参	ケチャップ カレー粉、塩 ウスターソース パセリ粉、麦茶	牛乳 牛乳 ウエハース マリー
14 (木)	ごはん 魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのおかか和え そうめん汁	米、砂糖、ココア そうめん、油 ホットケーキミックス (乳・卵なし)	牛乳、鯖、豆乳 赤味噌、煮干し かつお節	ほうれん草、もやし、玉葱 ブルーベリー、人参、ねぎ 生姜、昆布	しょうゆ、酒、塩 麦茶	牛乳 牛乳 ココアとブルーベリーの 豆乳蒸しパン
15 (金)	ごはん 鶏のからあげケチャップあえ 胡瓜もみ 玉ねぎのみそ汁	米、片栗粉 油、砂糖 菓子	牛乳、鶏肉 味噌、煮干し	胡瓜、玉葱、人参、ねぎ	ケチャップ、酒 塩 麦茶	牛乳 牛乳 チョイス まがりせんべい
16 (土)	ごはん(以上児) 焼きそば 青梗菜とえのきのスープ	米、中華めん 油 菓子	牛乳、豚肉 さつま揚げ	キャベツ、もやし、玉葱 チンゲンサイ えのきたけ、人参 ねぎ、あおのり	ウスターソース 塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 せんべい

給食室からの お知らせ



新緑の季節になりました。入園・進級して1ヶ月がたち、新しい環境や生活にも慣れてくる頃です。そして、グリーンピースのおいしい季節となりました。グリーンピースはえんどう豆を未熟なうちに収穫したもので、実えんどうとも呼ばれる野菜です。グリーンピースはえだまめと同じように淡色野菜に分類されます。でんぷんが豊富に含まれ、たんぱく質やビタミン類、特にビタミンB1や葉酸も多く含まれます。春から初夏にかけてしか出回らない季節限定のおいしさを味わってください。

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です
※延長保育のおやつは、牛乳と菓子です

4月分の主食・副食費の引き落とし日は **5/20(水)** です

令和8年度5月の献立表

岡垣ほしのほいくえん

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
18 (月)	ごはん ポークカレー 野菜サラダ	米、じゃがいも 油、砂糖 菓子	牛乳、豚肉 スキムミルク	玉葱、キャベツ、胡瓜 人参、グリーンピース	カレールー、酢 しょうゆ がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 瀬戸の汐揚げ
19 (火)	ごはん お魚ミートボール もやしとにんじんのごまあえ なめこと若布のみそ汁	米、油 片栗粉、砂糖 菓子	牛乳、合いびき肉 白身魚すり身、豆腐 チーズ、みそ、煮干し スキムミルク、ごま	玉葱、もやし、人参 なめこ、胡瓜、ねぎ 若布	ケチャップ しょうゆ、塩 麦茶	牛乳 牛乳 前田クラッカー チーズ
20 (水)	ごはん マーボー春雨 チンゲン菜の卵スープ	米、春雨、砂糖 片栗粉、ごま油	牛乳、豚肉、厚揚げ 卵、きな粉	玉葱、チンゲンサイ 人参、ねぎ、生姜	しょう油、塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 マカロニ黄粉あえ
21 (木)	パン ポークビーンズ えのきとわかめのスープ	食パン じゃがいも 砂糖、油 菓子	牛乳、ゆで大豆 豚肉	玉葱、人参、えのき茸 グリーンピース、ねぎ、若布	ケチャップ、塩 ウスターソース がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 源氏パイ
22 (金)	中華風炊き込みごはん 魚のから揚げ きゅうりのなめたけ和え 玉ねぎのすまし汁	米、油、片栗粉 上新粉、砂糖 ごま油	白身魚、鶏肉 煮干し、油揚	胡瓜、バナナ、人参 玉葱、なめたけ、白葱 ねぎ、昆布	酒、しょうゆ、塩 麦茶	牛乳 リンゴゼリー
23 (土)	親子遠足					
25 (月)	パン チーズ入りハンバーグ トマトときゅうりのサラダ コーンスープ	食パン、パン粉 油、片栗粉 砂糖 菓子	牛乳、合いびき肉 卵、チーズ	トマト、玉葱、コーン缶 胡瓜、人参、パセリ	ケチャップ、麦茶 しょうゆ、酢 がらスープ素 ウスターソース、塩	牛乳 牛乳 丸ボーロ
26 (火)	ごはん 豚肉とキャベツのスタミナ炒め 厚揚げのスープ	米、油 ホットケーキミックス (乳・卵なし)	牛乳、豚肉 厚揚げ、豆腐	玉葱、キャベツ、人参 しめじ、パプリカ、ねぎ	焼肉のたれ しょうゆ、塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 豆腐ドーナツ
27 (水)	ごはん(以上児) 親子うどん バナナ	米、乾うどん 油、砂糖 菓子	牛乳、鶏肉、卵 かまぼこ、煮干し	バナナ、ほうれん草 人参、玉葱、昆布	しょう油、酒 塩 麦茶	牛乳 牛乳 ミニサラダ
28 (木)	ごはん とり天 ツナサラダ もずく汁	米、油、天ぷら粉 マヨドレ、油 砂糖 菓子	牛乳、鶏肉 まぐろ油漬、かつお節	もずく、キャベツ、人参 胡瓜、ねぎ、昆布	しょうゆ、酢 塩、酒 麦茶	牛乳 牛乳 チョイス
29 (金)	ごはん 魚のみそ煮 切干大根の煮物 わかめのすまし汁	米、砂糖、油 ごま油、ココア ホットケーキミックス	牛乳、鯖、豆乳 油揚げ、赤味噌 煮干し	人参、玉葱、切干大根 ブルー、さやいんげん ねぎ生姜、昆布、若布	しょうゆ、酒 塩 麦茶	牛乳 牛乳 ココアとブルーの 豆乳蒸しパン
30 (土)	パン フォー キャベツののりサラダ	食パン 米粉めん 油、ごま油 菓子	牛乳、豚肉	キャベツ、人参、もやし 塩こんぶ、ねぎ、刻みのり にんにく	しょうゆ、酒、塩 がらスープ素 麦茶	牛乳 牛乳 アスパラギンビス

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です
※延長保育のおやつは、牛乳と菓子です

4月分の主食・副食費の引き落とし日は **5/20(水)**です

キャベツ 春と冬が旬のキャベツ。甘みがあって柔らかいのが春キャベツ、葉がしっかりとして加熱料理に適しているのが冬キャベツです。選ぶときは葉がみずみずしいものを、カットされている場合は切り口が乾いたり変色していないものを選びましょう。