

5がつのこんだてひょう



2026年05月

しろま保育園

日曜	時間帯	献立	材 料 名				
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
01金	未満児午前おやつ	牛乳		牛乳			
19火	給食	赤魚の煮付け おからのサラダ 五目汁	きび砂糖 マヨネーズ	あかうお ハム、おから 豚肉、油揚げ	しょうが キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん だいこん、にんじん、こまつな、えのきたけ	しょうゆ、本みりん、酒 食塩、こしょう しょうゆ(うすくち)、かつおだし、食塩	
07木	長いお休み楽しく過ごせましたか？ 疲れも出始める頃です。早寝早起き朝ごはん	牛乳 ポークカレー 海藻サラダ 果物(21日ミニゼリー)	じゃがいも、小麦粉、油 油	豚肉、バター、牛乳 ツナ水煮	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが キャベツ、コーン缶、わかめ、かんでん いちご	カレールー、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 酢、食塩、白こしょう	
21木	はんで元気に登園してきてください	牛乳 カラフルクッキー	小麦粉、砂糖	牛乳 バター、卵			
08金		牛乳		牛乳			
22金		レバーのかりん揚げ マロニーサラダ みそ汁	片栗粉、油、きび砂糖 マロニー、ごま油 さつまいも	豚レバー ハム 味噌、油揚げ	しょうが、にんにく きゅうり、もやし、にんじん たまねぎ、えのきたけ	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、酒 酢、食塩、しょうゆ 煮干し、かつおだし	
		ヨーグルト和え	砂糖	ヨーグルト(無糖)	バナナ、みかん缶、もも缶		
11月	園内に給食室があります。調理員4名で給食やおやつを作っています。毎日、給食やおやつを楽しみに来てくれると嬉しいです	牛乳 マーボー豆腐 きゅうりの南蛮漬け かき玉汁 クラッシュゼリー	ごま油、片栗粉 砂糖 片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉、味噌 卵	にんじん、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが きゅうり、にんじん チンゲン菜	しょうゆ、中華だしの素、トウバンジャン 酢、しょうゆ、食塩 しょうゆ、食塩、かつおだし ゼリーの素	
12月		ヨーグルト		ヨーグルト(加糖)			
26火		ミートボール かぼちやのサラダ みそ汁	きび砂糖、片栗粉 マヨネーズ	豚ひき肉 木綿豆腐、味噌	たまねぎ、にんじん、しょうが キャベツ、かぼちや、きゅうり、コーン缶 なめこ、こまつな、わかめ	しょうゆ、酢、食塩 食塩 煮干し、かつおだし	
		牛乳 豆乳くずもち	片栗粉、砂糖	牛乳 調製豆乳、きな粉		食塩	
13水	13日は献立検討会です。園長、調理員栄養士で4月の給食の様子を共有し、5月の献立を検討します	牛乳 マカロニグラタン 切干大根の煮物 鶏そぼろ汁	マカロニ、微細米粉 ごま油	牛乳、鶏もも肉、とろけるチーズ、バター 油揚げ 木綿豆腐、鶏ひき肉、味噌	たまねぎ、しめじ、コーン缶 にんじん、切り干しだいこん かぶ、にんじん、えのきたけ、ねぎ	食塩、こしょう しょうゆ、みりん、かつおだし	
14木	白馬のふきと言えは大きな大きな葉っぱのつくりぶきです。下茹でや皮むきをして、おいしい煮物になります	牛乳 鮭の西京焼き ふきの煮物 中華風野菜炒め汁	きび砂糖 しらたき、油 ごま油	牛乳 味噌			
28木		牛乳 ごへいもち	もち米、米、砂糖	牛乳 味噌		みりん	
15金		季節の献立の日 春は竹のこ、いちご 山菜などおいしい旬の食材がたくさんあります。ご飯にはちくたけを入れ、たけのこご飯を食べよう	牛乳 たけのこご飯 鶏の塩こうじやき きゅうりのゆかり和え 果物 すまし汁	米 塩こうじ	油揚げ 鶏もも肉 かまぼこ	はちく、にんじん きゅうり いちご こまつな、エリンギ、にんじん	かつおだし、しょうゆ、酒、食塩 酒 しょうゆ(うすくち)、食塩 しょうゆ(うすくち)、かつおだし、食塩
		ヨーグルト		ヨーグルト(加糖)			
18月		牛乳		牛乳			
		八宝菜 ブロッコリーのごま和え わかめスープ	片栗粉、ごま油	豚肉 白ごま 白ごま	はくさい、たまねぎ、にんじん、ピーマン、竹のこ、干しいたけ、しょうが ブロッコリー コーン缶、ねぎ、わかめ	酒、中華だしの素、しょうゆ、食塩 しょうゆ しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩	
		牛乳 ピザトースト	食パン	牛乳 ピザ用チーズ	たまねぎ、ピーマン	ケチャップ	
		15日(金) 20日(水) 29日(金)	季節の献立の日 遠足 誕生日会		白ごはんはいりません おかず入りのお弁当のご用意をお願いします 白ごはんはいりません		

*献立は変更になる場合があります