

2026年



5 月 献 立 表



日付	献立名	材料名	【◎10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 金	ご飯 こいのぼりバーグ ブロッコリーとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳、／米、／ぶた肉、とり肉、たまねぎ、パン粉、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ、にんじん、／ブロッコリー、コーン、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、／ウインナー、チンゲンサイ、コンソメ、食塩、／牛乳、／さつまいも、上新粉、牛乳、砂糖、食塩、サラダ油、	◎ 牛乳 牛乳 スイートポテトフライ	559(495) 23.8(21.7) 19.8(18.9) 4.2(3.3)
2 土	やきとり丼 かぼちゃの甘煮 みそ汁（豆腐・なめこ）	牛乳、／米、とり肉、たまねぎ、しょうゆ、みりん風調味料、砂糖、酒、サラダ油、片栗粉、きざみのり、／かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、水、／絹ごし豆腐、なめこ、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／焼そばめん、ぶた肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、サラダ油、ウスターソース、しょうゆ、中華だし、食塩、	◎ 牛乳 麦茶 ソース焼きそば	605(543) 25.1(23.3) 19.5(19.3) 4.5(3.5)
4 月	みどりの日			
5 火	こどもの日			
6 水	振替休日			
7 木	かれいのかばやき丼 大根ときゅうりのあえもの みそ汁（麩・わかめ）	牛乳、／米、かれい、しょうが、酒、片栗粉、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、みりん風調味料、砂糖、きざみのり、／切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、しょうゆ、砂糖、／焼ふ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／米、かつお節、塩こんぶ、ごま油、しょうゆ、	◎ 牛乳 麦茶 和風おかかおにぎり	463(420) 22.4(19.5) 7.3(9.5) 2.3(1.8)
8 金	ご飯 中華風グリルチキン チンゲン菜の磯あえ ワンタンスープ	牛乳、／米、／とり肉、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん風調味料、ごま油、／チンゲンサイ、えのきたけ、しょうゆ、砂糖、和風だし、焼のり、／ワンタンの皮、ぶた肉、あさつき、水、中華だし、しょうゆ、食塩、／牛乳、／食パン、こしあん、ホイップクリーム、	◎ 牛乳 牛乳 小倉サンド	553(491) 26.6(23.9) 23.6(21.9) 3.3(2.7)
9 土	マーボー春雨丼 さといもの煮物 みそ汁（水菜・もやし）	牛乳、／米、ぶた肉、おろしにんにく、はるさめ、にんじん、ねぎ、干ししいたけ、米みそ、みりん風調味料、酒、しょうゆ、ごま油、片栗粉、／さといも、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、／みずな、もやし、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／米、ゆかり、	◎ 牛乳 麦茶 ゆかりおにぎり	525(479) 20.3(19.4) 13.6(14.6) 3.6(2.8)
11 月	ご飯 さばの塩焼き ひじきとちくわの煮物 みそ汁（玉ねぎ・しめじ）	牛乳、／米、／さば、食塩、／ひじき、ちくわ、にんじん、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁、／しめじ、たまねぎ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、サラダ油、	◎ 牛乳 牛乳 豆腐ドーナツ	520(442) 25.4(20.7) 18.6(16.2) 3.6(2.8)
12 火	スパゲティミートソース かぼちゃチーズソース焼き コンソメスープ	牛乳、／スパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、コンソメ、／かぼちゃ、ピザ用チーズ、食塩、バター、牛乳／ウインナー、こまつな、コンソメ、食塩、／麦茶、／米、とり肉、たまねぎ、コーン、サラダ油、食塩、コンソメ、バター、パセリ、	◎ 牛乳 麦茶 チキンピラフ	493(450) 21.2(20.0) 17.2(17.4) 6.4(5.0)
13 水	ご飯 から揚げ南蛮 カリフラワーのサラダ みそ汁（かぶ・かぶの葉）	牛乳、／米、／とり肉、酒、おろしにんにく、おろししょうが、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、ねぎ、／カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、ツナ、サラダ油、酢、砂糖、食塩、／かぶ、かぶの葉、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／焼ふ、マーガリン、あおのり、食塩、	◎ 牛乳 牛乳 お麩ラスク（青のり）	503(450) 26.2(23.5) 20.0(19.0) 2.8(2.2)
14 木	菜飯 肉じゃが 三色ナムル みそ汁（えのき・油揚げ）	牛乳、／米、菜飯、／ぶた肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒、／ほうれんそう、もやし、にんじん、しょうゆ、ごま油、中華だし、食塩、／えのきたけ、油揚げ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／ホットケーキ粉、砂糖、牛乳、メープルシロップ、	◎ 牛乳 牛乳 ホットケーキ	593(522) 20.0(18.5) 20.5(19.4) 7.7(6.1)
15 金	ご飯 豚肉の香味炒め のり塩れんこん みそ汁（豆腐・なめこ）	牛乳、／米、／ぶた肉、ねぎ、ニンニク、しょうが、しょうゆ、酒、サラダ油、／れんこん、サラダ油、あおのり、食塩、／絹ごし豆腐、なめこ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／ポップコーン、食塩、無塩バター、砂糖、水、	◎ 牛乳 牛乳 キャラメルポップコーン	486(432) 25.7(23.1) 16.8(16.0) 2.5(1.9)
16 土	親子遠足			

2026年



5 月 献 立 表



日付	献立名	材料名	【◎10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18 月	ご飯 鮭の塩焼き じゃがいものカレーきんぴら みそ汁（水菜・しめじ）	牛乳、／米、／さけ、食塩、／フライドポテト、にんじん、カレー粉、しょうゆ、食塩、サラダ油、／みずな、しめじ、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／豆乳、砂糖、アガー、ココア、	◎ 牛乳 麦茶 ココア豆乳かん	432(392) 20.2(17.1) 10.1(11.5) 3.5(2.8)
19 火	ご飯 鶏のつくねあんかけ 白菜のじゃこあえ みそ汁（ねぎ・わかめ）	牛乳、／米、／とり肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒、水、片栗粉、／はくさい、にんじん、しらす干し、しょうゆ、砂糖、ごま油、／カットわかめ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／食パン、ブルーベリージャム、	◎ 牛乳 牛乳 ブルーベリージャム サンド	505(451) 23.4(21.3) 14.2(14.4) 4.1(3.2)
20 水	肉うどん ちくわの磯辺揚げ りんご	牛乳、／ゆでうどん、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、干ししいたけ、サラダ油、しょうゆ、みりん風調味料、和風だし、水、／ちくわ、あおのり、小麦粉、水、サラダ油、／りんご、／麦茶、／米、えだまめ、ダイスチーズ、食塩、	◎ 牛乳 麦茶 枝豆チーズおにぎり	566(510) 19.3(18.6) 22.1(21.5) 4.0(3.1)
21 木	ご飯 豚肉のしょうが焼き ほうれん草の和えもの みそ汁（かぼちゃ・油揚げ）	牛乳、／米、／ぶた肉、たまねぎ、サラダ油、しょうが、しょうゆ、酒、みりん風調味料、砂糖、／ほうれん草、もやし、しょうゆ、砂糖、／かぼちゃ、油揚げ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／小麦粉、重曹、いちごジャム、無塩バター、砂糖、	◎ 牛乳 牛乳 春色クッキー	721(624) 24.3(21.9) 37.0(32.6) 4.5(3.6)
22 金	ご飯 酢鶏 ブロッコリーとツナのサラダ 中華スープ（もやし・にら）	牛乳、／米、／とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、干ししいたけ、サラダ油、酢、しょうゆ、砂糖、ケチャップ、酒、みりん風調味料、水、片栗粉、／ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、／もやし、にら、水、しょうゆ、中華だし、食塩、／麦茶、／スパゲティ、しらす干し、炊き込みわかめ、サラダ油、おろしにんにく、	◎ 牛乳 麦茶 わかめパスタ	400(379) 17.6(17.4) 7.7(9.9) 4.5(3.6)
23 土	豚丼 キャベツの塩こんぶ和え すまし汁（麴・小松菜）	牛乳、／米、ぶた肉、たまねぎ、砂糖、みりん風調味料、酒、しょうゆ、サラダ油、／キャベツ、きゅうり、塩こんぶ、ごま油、／焼ぶ、こまつな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、／牛乳／食パン、マーガリン、グラニュー糖、	◎ 牛乳 牛乳 シュガートースト	658(575) 21.8(20.1) 34.8(30.9) 3.6(2.9)
25 月	ご飯 かじきのみそ焼き 切干し大根の旨煮 すまし汁（とろろ昆布・ねぎ）	牛乳、／米、／かじき、米みそ、しょうが、酒、みりん風調味料、砂糖、／切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、かつおだし汁、／とろろこんぶ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、／牛乳、／白玉粉、上新粉、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水、	◎ 牛乳 牛乳 みたらし団子	489(425) 22.5(18.6) 12.4(12.2) 2.5(2.0)
26 火	フラワーライス チーズインバーグ 粉ふき芋 コンソメスープ	牛乳、／米、炊き込みわかめ、／ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ピザ用チーズ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ、／じゃがいも、パセリ粉、食塩、／はくさい、ウインナー、コンソメ、食塩、／牛乳、／米粉、重曹、片栗粉、木綿豆腐、砂糖、ココア、サラダ油、ホイップクリーム、	◎ 牛乳 牛乳 米粉ココアケーキ	702(611) 27.5(24.6) 30.7(27.6) 7.3(5.9)
27 水	ご飯 シュウマイ 春雨サラダ かぶのスープ	牛乳、／米、／ぶた肉、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、酒、砂糖、食塩、ごま油、しょうが、シュウマイの皮、／はるさめ、きゅうり、コーン、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、／かぶ、かぶの葉、水、しょうゆ、中華だし、食塩、／麦茶、／こしあん、グラニュー糖、アガー、水、	◎ 牛乳 麦茶 水ようかん	421(395) 15.0(15.3) 8.3(10.4) 4.5(3.6)
28 木	12.3.4歳 ご飯 鶏の唐揚げ きゅうりの塩こんぶ和え みそ汁（ねぎ・なめこ） 5歳 おにぎり 鶏の唐揚げ タコさんウインナー きゅうりの塩こんぶ和え オレンジ	牛乳、／米、／とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、おろしにんにく、片栗粉、サラダ油、／きゅうり、塩こんぶ、ごま油、／ねぎ、なめこ、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／焼そばめん、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、片栗粉、 牛乳、／米、菜飯、さけ、ぶた肉、米みそ、みりん風調味料、砂糖、酒、／とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、おろしにんにく、片栗粉、サラダ油、／ウインナー、／きゅうり、塩こんぶ、ごま油、／オレンジ、／麦茶、／焼そばめん、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、片栗粉、	◎ 牛乳 麦茶 あんかけ焼きそば ◎ 牛乳 麦茶 あんかけ焼きそば	475(440) 24.8(23.0) 11.3(12.8) 3.9(3.1) 475(440) 24.8(23.0) 11.3(12.8) 3.9(3.1)
29 金	カレーライス やみつきキャベツ風サラダ ヨーグルト	牛乳、／米、ぶた肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、サラダ油、カレールウ、／キャベツ、もやし、ごま油、しょうゆ、中華だし、食塩、／ヨーグルト（無糖）、砂糖、／牛乳、／白玉粉、ホットケーキ粉、粉チーズ、食塩、水、	◎ 牛乳 牛乳 ボンデケージョ	621(545) 20.6(19.1) 27.3(24.9) 4.8(3.8)
30 土	鶏肉の塩焼き丼 かぼちゃの甘煮 みそ汁（ほうれん草・しめじ）	牛乳、／米、とりもも小間、にんじん、中華だし、食塩、酒、砂糖、サラダ油、片栗粉、きざみのり、／かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、水、／しめじ、ほうれん草、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／米、ツナ、めんつゆ、あおのり、白いりごま、	麦茶 ツナと青のりのおにぎり	571(516) 25.0(23.2) 16.9(17.3) 3.9(3.1)