

# 2026年5月献立表

# 保育所

日(曜日)	11・25 日(月)	12・26 日(火)	13・27 日(水)	14・28 日(木)	1・15・29 日(金)	2・16・30 日(土)	日(曜日)	18 日(月)	19 日(火)	20 日(水)	7・21 日(木)	8・22 日(金)	9・23 日(土)												
昼食	ごはん 春雨の炒物 だいこんと 油揚げのみそ汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜の浸し じゃがいもと しめじのみそ汁	ごはん 厚揚げと じゃがいものカレー煮 ブロッコリーのごま和え	ごはん さばの竜田揚げ ほうれんそうと もやしの甘酢和え たまねぎと わかめのみそ汁	カチャトーレ風 スパゲティ キャベツと にんじんのスープ	ごはん マーボー豆腐 切干大根の中華和え	昼食	ごはん 鶏の塩焼き ちんげん菜の浸し たまねぎと えのきたけのみそ汁	パン さけのムニエル アスパラサラダ じゃがいもと にんじんのスープ	ごはん 焼肉風 だいこんと わかめのすまし汁	ごはん ポークチャップ ブロッコリーの おかか和え はくさいと とうふのみそ汁	ごはん 鶏のつみれ汁 ★あらめと きゅうりの酢の物	豆乳ちゃんぽん 小松菜のナムル												
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児		材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児										
	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0		スパゲティ	30.0 45.0	米	40.0 50.0	パン	40.0 60.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	ゆで中華そば	100 130						
	豚肉	25.0 30.0	鶏肉	50.0 60.0	厚揚げ	20.0 25.0		さば	40.0 50.0	鶏肉(細切れ)	25.0 30.0	とうふ	80 120	さば	40.0 50.0	豚肉	32.0 40.0	鶏ミンチ	25.0 35.0	キャベツ	12.8 17.0				
	酒	0.7 1.0	しょうが	0.2 0.3	牛ミンチ	15.0 20.0		しょうが	0.6 0.8	たまねぎ	28.2 37.6	豚ミンチ	15.0 20.0	しょうが	0.2 0.5	木綿豆腐	12.5 17.5	しょうが	1.0 1.2	にんじん	4.8 6.8				
	しょうが	0.5 0.6	濃口しょうゆ	1.0 1.5	じゃがいも	36.0 45.0		酒	1.5 2.0	ピーマン	4.3 5.9	たまねぎ	9.4 14.1	濃口しょうゆ	1.5 2.0	もやし	15.8 19.8	しめじ	8.0 10.0	たまねぎ	9.4 14.1				
	はるさめ	4.0 6.0	みりん	1.0 1.5	たまねぎ	28.2 37.6		濃口しょうゆ	1.5 2.0	マッシュルーム(生)	5.0 7.0	にんにく	0.6 0.7	たまねぎ	28.2 37.6	油	0.8 1.0	にんじん	7.8 9.7	もやし	9.9 14.9				
	にんじん	9.7 14.6	小松菜	25.5 34.0	にんじん	14.6 19.4		片栗粉	6.0 8.0	トマトピューレ	16.0 20.0	青ねぎ	1.9 2.8	にんじん	7.8 9.7	濃口しょうゆ	2.4 3.0	油	0.8 1.0	片栗粉	0.4 0.5	油	2.0 3.0		
	たまねぎ	18.8 23.5	にんじん	6.8 9.7	油	1.5 2.0		揚げ油	2.0 2.5	にんにく	0.5 0.6	赤だし用みそ	1.5 2.0	たまねぎ	28.2 37.6	砂糖	1.6 2.0	だしこんぶ	2.2 2.5	だいこん	22.5 27.0	スープの素	1.3 1.8		
	キャベツ	20.4 25.5	花かつお	0.5 0.7	砂糖	1.0 2.0		薄口しょうゆ	4.0 5.0	スープの素	0.8 1.0	みそ	1.5 2.0	みそ	2.4 3.0	みそ	2.4 3.0	砂糖	0.8 1.0	にんじん	14.6 19.4	水	12.0 15.0		
油	1.5 2.0	濃口しょうゆ	0.7 1.0	片栗粉	1.5 2.0	水	0.0 0.0	食塩	0.2 0.3	食塩	0.2 0.3	食塩	0.1 0.1	食塩	0.1 0.1	食塩	0.1 0.1	しめじ	6.3 9.0	豆乳	20.0 30.0				
食塩	0.1 0.2	濃口しょうゆ	0.7 1.0	片栗粉	1.5 2.0	水	0.0 0.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	白ぶどう酒	2.0 3.0	薄口しょうゆ	1.0 1.5	薄口しょうゆ	1.0 1.5		
薄口しょうゆ	2.0 3.0	みりん	1.0 1.5	じゃがいも	18.0 27.0	水	0.0 0.0	砂糖	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7
みりん	1.0 1.5	しめじ	6.3 9.0	水	0.0 0.0	砂糖	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7	濃口しょうゆ	0.6 0.7
だいこん	22.5 27.0	みそ	4.8 6.0	ブロッコリー	20.0 25.0	たまねぎ	9.4 14.1	にんじん	11.6 14.6	切干大根	3.0 4.0	たまねぎ	9.4 14.1	にんじん	6.8 9.7	たまねぎ	9.4 14.1	にんじん	6.8 9.7	たまねぎ	9.4 14.1	にんじん	6.8 9.7	たまねぎ	9.4 14.1
油揚げ	7.0 10.0	けずりぶし	2.0 2.5	にんじん	6.8 9.7	干わかめ	0.2 0.3	スープの素	0.8 1.0	ちんげん菜	12.8 17.0	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3	干わかめ	0.2 0.3
みそ	4.8 6.0	水	100 125	白ごま	1.2 1.5	みそ	4.8 6.0	薄口しょうゆ	0.8 1.0	にんじん	11.6 14.6	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0	みそ	4.8 6.0
けずりぶし	2.0 2.5	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	けずりぶし	2.0 2.5	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 125	水	100 125	水	0.0 0.0	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125	水	100 125
水	100 125	水	100 125	濃口しょうゆ	0.7 1.0	水	100 12																		