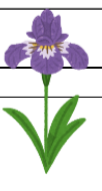
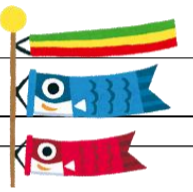


# 5月の献立表【完了期】

増美保育園 2026年



| 日付 | 曜日 | 提供時間 | 献立  | 主な材料と体内での働き     |  |                                      |   |
|----|----|------|---|-----------------|--|--------------------------------------|---|
|    |    |      |   | 主にからだをつくるもの     | 主にからだの調子を整えるもの                                     | 主に熱や力のもとになるもの                        | 調味料   |
| 1  | 金  | 10時  | にんじん煮   |                 | 人参   | 砂糖                                   |   |
|    |    | 昼食   | キーマハヤシライス<br>南瓜サラダ<br>いちごパバロア                 | 豚肉<br>牛乳        | 玉葱・人参・生姜・にんにく<br>南瓜・人参・コーン・グリーンピース・玉葱              | 米・サラダ油<br>マヨドレ<br>パバロアの素             | 水・乳対応ハヤシフレーク                                  |
|    |    | 3時   | こいのぼりシュガーパイ<br>牛乳                             | 牛乳              |  | パイシート・グラニュー糖・純ココア                    | 水   |
| 2  | 土  | 10時  | 野菜せんべい  |                 |  |                                      | 赤ちゃんせんべい                                      |
|    |    | 昼食   | 中華丼<br>ゼリー<br>春雨スープ                           | 豚肉              | 玉葱・人参・白菜・干し椎茸<br>わかめ                               | 胡麻油・片栗粉・サラダ油・米<br>ゼリーの素<br>春雨・胡麻油    | 塩・醤油・鶏がらスープ・水<br>水<br>水・鶏がらスープ・醤油・塩           |
|    |    | 3時   | マリービスケット<br>麦茶                                |                 |  | マリービスケット                             | 麦茶・水  |
| 7  | 木  | 10時  | 野菜せんべい  |                 |  |                                      | 赤ちゃんせんべい                                      |
|    |    | 昼食   | 鶏のコーンフレーク焼き<br>＊粉ふき芋<br>花野菜の磯香和え<br>味噌汁<br>ご飯 | 鶏肉<br>味噌        | 生姜・にんにく<br>パセリ<br>ブロッコリー・カリフラワー・コーン・焼のり<br>もやし・わかめ | マヨドレ・コーンフレーク<br>じゃが芋<br>米            | 塩・料理酒<br>コンソメ<br>醤油<br>水・天然だし                 |
|    |    | 3時   | 味噌蒸しパン<br>麦茶                                  | 味噌・豆乳           |  | 小麦粉・砂糖・サラダ油                          | ベーキングパウダー<br>麦茶・水                             |
| 8  | 金  | 10時  | 蒸しかぼちゃ  |                 | 南瓜   |                                      |   |
|    |    | 昼食   | ミートソースうどん<br>わかめサラダ<br>バナナ                    | 豚肉              | ピーマン・玉葱・人参・水煮トマト・にんにく<br>わかめ・白菜・もやし<br>バナナ         | うどん・サラダ油・砂糖・片栗粉<br>サラダ油              | ケチャップ・乳対応ハヤシフレーク・コンソメ・塩・水<br>酢・塩・醤油           |
|    |    | 3時   | 枝豆コーンおにぎり<br>麦茶                               |                 | 枝豆・コーン   | 米                                    | 和風だし・醤油<br>麦茶・水                               |
| 9  | 土  | 10時  | 野菜せんべい  |                 |  |                                      | 赤ちゃんせんべい                                      |
|    |    | 昼食   | 豚丼<br>ゼリー<br>味噌汁                              | 豚肉<br>豆腐・味噌     | 玉葱・グリーンピース<br>白菜                                   | サラダ油・砂糖・米<br>ゼリーの素                   | 天然だし・料理酒・醤油・みりん<br>水<br>水・天然だし                |
|    |    | 3時   | せんべい<br>麦茶                                    |                 |  |                                      | 星たべよ<br>麦茶・水                                  |
| 11 | 月  | 10時  | 野菜せんべい  |                 |  |                                      | 赤ちゃんせんべい                                      |
|    |    | 昼食   | 白身魚のマヨ焼き<br>＊ブロッコリー<br>ひじき煮<br>味噌汁<br>ご飯      | ほき<br>油揚げ<br>味噌 | パセリ<br>ブロッコリー<br>ひじき・人参・グリーンピース                    | マヨドレ・サラダ油<br>サラダ油・砂糖<br>焼麩・じゃが芋<br>米 | 塩<br>塩<br>醤油・天然だし<br>水・天然だし                   |
|    |    | 3時   | スナック<br>麦茶                                    |                 |  | 焼麩・マーガリン・サラダ油・グラニュー糖                 | 麦茶・水  |
| 12 | 火  | 10時  | にんじん煮   |                 | 人参   | 砂糖                                   |   |
|    |    | 昼食   | ハヤシライス<br>きゃべつのフレンチサラダ<br>マスカットゼリー            | 豚肉              | 玉葱・マッシュルーム・グリーンピース<br>きゃべつ・人参                      | サラダ油・米<br>サラダ油・砂糖<br>マスカットゼリーの素      | 乳対応ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・塩・水<br>酢・塩<br>水 |
|    |    | 3時   | あんこサンド<br>牛乳                                  | こしあん<br>牛乳      |  | 食パン                                  |   |
| 13 | 水  | 10時  | 蒸しじゃが芋  |                 |  | じゃが芋                                 |   |
|    |    | 昼食   | けいちゃん焼き<br>白菜のサラダ<br>すまし汁<br>ご飯               | 鶏肉・味噌           | きゃべつ・もやし・人参・ピーマン・にんにく<br>白菜・カリフラワー・人参<br>大根・絹さや    | サラダ油<br>マヨドレ<br>米                    | みりん・料理酒・醤油<br>コンソメ<br>水・天然だし・塩・醤油             |
|    |    | 3時   | さつま芋きな粉<br>麦茶                                 | きな粉             |  | さつま芋・マーガリン・砂糖                        | 麦茶・水  |
| 14 | 木  | 10時  | 大根煮   |                 | 大根   |                                      | 天然だし  |
|    |    | 昼食   | マーボー豆腐<br>もやしの和え物<br>春雨スープ<br>ご飯              | 豆腐・豚肉・味噌        | 白葱・にんにく・生姜・いんげん<br>もやし・青梗菜・人参<br>わかめ               | サラダ油・胡麻油・砂糖・片栗粉<br>春雨・胡麻油<br>米       | 醤油・鶏がらスープ・水<br>醤油・みりん・酢・和風だし<br>水・鶏がらスープ・醤油・塩 |
|    |    | 3時   | おかかコーンおにぎり<br>麦茶                              | かつお節            | コーン  | 米                                    | 醤油<br>麦茶・水                                    |
| 15 | 金  | 10時  | 蒸しさつま芋  |                 |  | さつま芋                                 |   |
|    |    | 昼食   | 肉野菜炒め<br>ポテトサラダ<br>味噌汁<br>ご飯                  | 豚肉<br>高野豆腐・味噌   | 人参・白菜・もやし・生姜<br>コーン・玉葱<br>ほうれん草                    | サラダ油<br>じゃが芋・マヨドレ<br>米               | 醤油・塩<br>水・天然だし                                |
|    |    | 3時   | 南瓜のパウンドケーキ<br>牛乳                              | 玉子・牛乳<br>牛乳     | 南瓜   | 小麦粉・砂糖・サラダ油                          | ベーキングパウダー                                     |
| 16 | 土  | 10時  | 野菜せんべい  |                 |  |                                      | 赤ちゃんせんべい                                      |
|    |    | 昼食   | きゃべつの和風スバゲティ<br>ゼリー<br>味噌汁                    | ウィンナー<br>味噌     | きゃべつ・玉葱・ピーマン<br>大根の葉                               | スバゲティ・サラダ油・マーガリン<br>ゼリーの素<br>じゃが芋    | 醤油・天然だし・塩<br>水<br>水・天然だし                      |
|    |    | 3時   | マリービスケット<br>麦茶                                |                 |  | マリービスケット                             | 麦茶・水  |




# 5月の献立表【完了期】

増美保育園 2026年



名阪食品  
MEIHAN SHOKUHIN

| 日付 | 曜日 | 提供時間 | 献立  | 主な材料と体内での働き   |   |                                     |   |
|----|----|------|---|---|---|-------------------------------------|---|
|    |    |      |   | 主にからだをつくるもの   | 主にからだの調子を整えるもの                              | 主に熱や力のもとになるもの                       | 調味料   |
| 18 | 月  | 10時  | 野菜せんべい  |   |   |                                     | 赤ちゃんせんべい  |
|    |    | 昼食   | かれないのみぞれ煮<br>信田和え<br>味噌汁<br>ご飯                | かれない<br>油揚げ<br>味噌   | 大根・生姜・絹さや<br>ほうれん草・人参<br>かいわれ大根             | 砂糖<br>じゃが芋<br>米                     | 醤油・料理酒・みりん・水<br>醤油<br>水・天然だし  |
|    |    | 3時   | さつま芋蒸しパン<br>麦茶                                | スキムミルク・牛乳   |   | 小麦粉・砂糖・サラダ油・さつま芋                    | ベーキングパウダー<br>麦茶・水   |
| 19 | 火  | 10時  | 蒸しかぼちゃ  |   | 南瓜  |                                     |   |
|    |    | 昼食   | 回鍋肉<br>ナムル<br>すまし汁<br>ご飯                      | 豚肉・味噌<br>豆腐   | きゃべつ・人参・玉葱・にんにく<br>もやし・人参・ほうれん草<br>わかめ      | サラダ油・胡麻油・砂糖<br>胡麻・胡麻油<br>米          | 醤油・料理酒<br>塩・鶏がらスープ<br>水・天然だし・塩・醤油   |
|    |    | 3時   | きな粉焼き揚げパン<br>牛乳                               | きな粉<br>牛乳   |   | ロールパン・サラダ油・グラニュー糖                   |   |
| 20 | 水  | 10時  | にんじん煮   |   | 人参  | 砂糖                                  |   |
|    |    | 昼食   | 鶏の醤油こしょう焼き<br>*茹できゃべつ<br>切り干し大根煮<br>味噌汁<br>ご飯 | 鶏肉<br>油揚げ<br>味噌   | きゃべつ<br>切干大根・人参<br>白菜・大根の葉                  | 砂糖・サラダ油<br>砂糖・サラダ油<br>米             | 醤油・みりん・塩こしょう<br>醤油・水<br>水・天然だし  |
|    |    | 3時   | プリン<br>麦茶                                     | プリンの素・牛乳  |   | 砂糖                                  | 水<br>麦茶・水   |
| 21 | 木  | 10時  | 蒸しさつま芋  |   |   | さつま芋                                |   |
|    |    | 昼食   | 味噌うどん<br>大根の中華サラダ<br>バナナ                      | 味噌・豚肉・ナルト   | もやし・玉葱・コーン<br>大根・えのき草・人参<br>バナナ             | うどん・サラダ油・胡麻油<br>砂糖・胡麻油              | 水・鶏がらスープ・塩<br>醤油・鶏がらスープ・酢   |
|    |    | 3時   | ひじきおにぎり<br>麦茶                                 | 油揚げ   | ひじき・人参・だし昆布                                 | 米                                   | 醤油・みりん・塩<br>麦茶・水  |
| 22 | 金  | 10時  | 大根煮   |   | 大根  |                                     | 天然だし  |
|    |    | 昼食   | 鶏ののり塩焼きから揚げ<br>マカロニサラダ<br>コンソメスープ<br>キャロットライス | 鶏肉<br> | にんにく・青のり粉<br>人参・玉葱・枝豆<br>きゃべつ・コーン<br>人参・パセリ | 片栗粉・小麦粉・サラダ油<br>マカロニ・マヨドレ<br>米・サラダ油 | 塩・鶏がらスープ・料理酒<br>コンソメ・塩・水<br>コンソメ・塩  |
|    |    | 3時   | ブルーベリージャムケーキ<br>牛乳                            | 玉子・牛乳<br>牛乳   |   | ブルーベリージャム・小麦粉・砂糖・サラダ油               | ベーキングパウダー   |
| 23 | 土  | 10時  | 野菜せんべい  |   |   |                                     | 赤ちゃんせんべい  |
|    |    | 昼食   | そぼろ丼<br>ゼリー<br>中華スープ                          | 豚肉・かつお節・玉子・桜でんぶ   | 生姜・青梗菜<br>もやし・えのき草                          | 砂糖・片栗粉・サラダ油・米<br>ゼリーの素<br>胡麻油       | 料理酒・醤油・みりん<br>水<br>水・鶏がらスープ・醤油・塩  |
|    |    | 3時   | せんべい<br>麦茶                                    |   |   |                                     | 量たべよ<br>麦茶・水  |
| 25 | 月  | 10時  | 野菜せんべい  |   |   |                                     | 赤ちゃんせんべい  |
|    |    | 昼食   | 鶏肉の中華焼き<br>*粉ふき芋<br>高野豆腐と野菜の煮物<br>味噌汁<br>ご飯   | 鶏肉<br>高野豆腐<br>油揚げ・味噌  | にんにく・生姜<br>パセリ<br>人参・絹さや<br>玉葱              | 胡麻油<br>じゃが芋<br>砂糖<br>米              | 料理酒・醤油・鶏がらスープ<br>コンソメ<br>醤油・天然だし<br>水・天然だし  |
|    |    | 3時   | のり塩うなぎ<br>麦茶                                  |   | 青のり粉  | 焼麩・サラダ油                             | 塩<br>麦茶・水   |
| 26 | 火  | 10時  | 大根煮   |   | 大根  |                                     | 天然だし  |
|    |    | 昼食   | 豚肉の生姜焼き<br>ブロッコリーと油揚げのサラダ<br>味噌汁<br>ご飯        | 豚肉<br>油揚げ<br>味噌   | 玉葱・人参・生姜<br>ブロッコリー・コーン<br>白菜・水菜             | サラダ油<br>砂糖・胡麻油<br>米                 | みりん・醤油<br>醤油・酢・塩<br>水・天然だし  |
|    |    | 3時   | スコーン<br>牛乳                                    | 牛乳・スキムミルク<br>牛乳   |   | ホットケーキミックス・マーガリン                    |  |
| 27 | 水  | 10時  | 蒸しさつま芋  |   |   | さつま芋                                |   |
|    |    | 昼食   | チーズオムレツ<br>ひじきときゃべつのフレンチサラダ<br>コンソメスープ<br>食パン | 玉子・豚肉・チーズ   | ピーマン・玉葱<br>ひじき・コーン・きゃべつ・人参<br>玉葱            | サラダ油<br>サラダ油・砂糖<br>じゃが芋<br>食パン      | 塩・ケチャップ<br>酢・塩・醤油<br>コンソメ・塩・水   |
|    |    | 3時   | ごまおかおにぎり<br>麦茶                                | かつお節  |   | 米・胡麻                                | めんつゆ<br>麦茶・水  |
| 28 | 木  | 10時  | にんじん煮   |   | 人参  | 砂糖                                  |   |
|    |    | 昼食   | ポークハヤシライス<br>ほうれん草サラダ<br>ぶどうゼリー               | 豚肉<br>ツナ  | 玉葱・人参・生姜・にんにく<br>ほうれん草・人参                   | じゃが芋・サラダ油・米<br>サラダ油・砂糖<br>ぶどうゼリーの素  | 7L対応ハヤシフレーク・ケチャップ・ウスターソース・水<br>酢・塩<br>水   |
|    |    | 3時   | マカロニナポリタン<br>麦茶                               | ウィンナー   | 玉葱・ピーマン・にんにく                                | マカロニ・サラダ油・砂糖                        | ケチャップ・ウスターソース・コンソメ・塩<br>麦茶・水  |
| 29 | 金  | 10時  | 蒸しじゃが芋  |   |   | じゃが芋                                |   |
|    |    | 昼食   | 厚揚げチャンプルー<br>さつま芋のごま和え<br>味噌汁<br>ご飯           | 厚揚げ・豚肉・かつお節<br>味噌   | 玉葱・人参・きゃべつ<br>コーン・人参<br>もやし・かいわれ大根          | サラダ油・胡麻油<br>さつま芋・胡麻・砂糖<br>米         | 醤油・和風だし・塩<br>醤油<br>水・天然だし   |
|    |    | 3時   | コーンフレーククッキー<br>牛乳                             | 玉子・スキムミルク<br>牛乳   |   | 小麦粉・マーガリン・砂糖・コーンフレーク                |   |

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください  
 ※27品目アレルギー不使用の食材には 7L対応 と表記しています

