

令和8年



5月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	金	牛乳	豆ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のごま和え わかめと竹の子のスープ	牛乳 シュガートースト	牛乳・鶏もも(皮なし)	米・いりごま・砂糖・食パン・有塩マーガリン	ゆでグリーンピース・マーマレードジャム・ごまつな・にんじん・コーン缶(粒)・乾わかめ・たまねぎ・たけのこ
2	土	牛乳	牛丼 三色ナムル かぼちゃスープ	牛乳 お菓子	牛乳・牛ばら	米・砂糖・ごま油・いりごま・釜焼きふ・鉄+コーラゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・もやし・ほうれんそう・にんじん・くりかぼちゃ・こねぎ
7	木	牛乳	ホークカレー マカロニサラダ フルーツゼリー	牛乳 ココアケーキ	牛乳・ふた肉・ロースハム	米・じゃがいも・油・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・ゼリー・ホットケーキミックス・砂糖	にんじん・たまねぎ・きゅうり・にんじん・コーン
8	金	牛乳	ご飯 鮭のパン粉焼き キャベツの塩昆布あえ 里芋のみそ汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・さけ・麦みそ	米・マヨネーズ・パン粉・油・ごま油・さといも・花麩・フルーチェ	キャベツ・きゅうり・にんじん・塩昆布・たまねぎ・青ねぎ・みかん缶詰
9	土	牛乳	チャーハン ブロッコリーのおかか和え チンゲン菜のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたばら・しらす干し・かつお節	米・ごま油・鉄+コーラゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・長ねぎ・ほうれんそう・にんじん・ブロッコリー・チンゲンサイ・もやし
11	月	牛乳	ゆかりごはん 貝入り卵焼き 大根とオクラの酢の物 もずくの味噌汁	牛乳 シュガーパイ	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ちくわ・絹ごし豆腐・麦みそ	米・砂糖・パイ皮・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・だいこん・ゆでオクラ・もずく・キャベツ
12	火	牛乳	肉うどん かぼちゃサラダ バナナ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・ふた肉・油揚げ・ロースハム	ゆでうどん・マヨネーズ・米・てんかす	はくさい・にんじん・青ねぎ・くりかぼちゃ・きゅうり・にんじん・バナナ・青のり
13	水	牛乳	麦ご飯 カレイのバター醤油かけ 大豆とひじきの煮物 レタスのスープ	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・まがれい・大豆水煮缶詰・油揚げ・ベーコン・プレーンヨーグルト	米・押麦・薄力粉・油・無塩バター・砂糖	乾ひじき・にんじん・レタス・たまねぎ・黄パプリカ・パインアップル缶詰・黄桃缶
14	木	牛乳	食パン バーベキューチキン みかんサラダ トマトスープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・若鶏もも・ウインナーソーセージ・油揚げ	食パン・砂糖・油・じゃがいも・米	しょうが・たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・にんじん・トマトピューレ・ごぼう
15	金	牛乳	ご飯 さわらの西京焼き 中華風サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 いちごジャムカップケーキ	牛乳・さわら・甘みそ・絹ごし豆腐・豆乳	米・砂糖・ごま油・ホットケーキミックス・油	きゅうり・もやし・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・いちごジャム
16	土	牛乳	ハヤシライス もやしのコマ塩サラダ オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳・ふた肉・まぐろ水煮缶詰	米・油・ごま油・いりごま・鉄+コーラゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース・もやし・きゅうり・オレンジ
18	月	牛乳	ご飯 ホークチャップ 切干大根の胡麻和え 豆乳スープ	お茶 チーズ入り蒸しパン	牛乳・ふたかた・ウインナーソーセージ・豆乳・チーズ	米・薄力粉・油・砂糖・ごま・ホットケーキミックス	たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ・切干しいたけ・にんじん・ほうれんそう・くりかぼちゃ
19	火	牛乳	デミカツ丼 春雨サラダ 大根の味噌汁	牛乳 桃のカップケーキ	牛乳・若鶏むね(皮なし)・かにかまぼこ・麦みそ	米・薄力粉・パン粉・油・砂糖・はるさめ・ホットケーキミックス	トマトケチャップ・キャベツ・りょくとうもやし・きゅうり・だいこん・ほうれんそう・えのきたけ・黄桃缶

★食育献立 岡山県の郷土料理

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE) (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
1.2歳	464	18	17	275	2.1	66	0.23	0.34	20	3	1.4
3歳以上	504	20	17	268	3.2	54	0.27	0.33	24	3.8	1.7

令和 8 年



5月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
20	水	牛乳	ご飯 さばのみりん焼き スパゲッティサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さば・ロースハム・きな粉	米・砂糖・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ	おろししょうが・きゅうり・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・しめじ・バナナ
21	木	牛乳	ロールパン タンドリーチキン ひじきと大豆のサラダ コーンスープ	お茶 ツナおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・プレーンヨーグルト・大豆水煮缶詰・豆乳・まぐろ水煮缶詰	ロールパン・油・砂糖・米	トマトケチャップ・乾ひじき・こまつな・にんじん・たまねぎ・コーン缶詰クリーム
22	金	牛乳	ご飯 赤魚の南蛮風 厚揚げと大根の煮物 小松菜の味噌汁	お茶 プリン	牛乳・赤魚・生揚げ・麦みそ	米・片栗粉・油・砂糖・こま・プリン	だいこん・にんじん・こまつな・えのきたけ・たまねぎ
23	土	牛乳	焼きそば 白菜のツナ煮 セロリのスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ふたばら・かつお節・まぐろ水煮缶詰・若鶏むね(皮なし)	中華めん・油・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・キャベツ・にんじん・あおのり・はくさい・しょうが・セロリー・にんじん
25	月	牛乳	親子丼 ごまだれサラダ 里芋のすまし汁	お茶 カルピス蒸しパン	牛乳・若鶏もも皮なし・鶏卵	米・砂糖・さといも・ホットケーキミックス・カルピス・油	たまねぎ・生しいたけ・青ねぎ・プロッコリー・にんじん・コーン・えのきたけ・カットわかめ
26	火	牛乳	ご飯 あじフライ コールスローサラダ 大根の味噌汁	牛乳 餃子ピザ	牛乳・あじ・まぐろ水煮缶詰・絹ごし豆腐・麦みそ・ベーコン・チーズ	米・薄力粉・パン粉・油・マヨネーズ・砂糖・ぎょうざの皮	キャベツ・コーン・セロリー・だいこん・しめじ・トマトケチャップ・たまねぎ
27	水	牛乳	ご飯 鶏肉の香味焼き ピーマンサラダ なすの味噌汁 煮りんご	牛乳 フレンチトースト	牛乳・鶏もも・ロースハム・油揚げ・みそ・鶏卵	米・ビーフン・マヨネーズ・砂糖・食パン	にんにく・青ねぎ・きゅうり・にんじん・なす・キャベツ・りんご・レモン果汁
28	木	牛乳	豆腐とひじきのそぼろ丼 プロッコリーサラダ なめこ汁	お茶 フルーツボンチ	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・油揚げ・ちくわ	米・油・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾ひじき・ゆでプロッコリー・きゅうり・チンゲンサイ・なめこ・黄桃缶・バナナ・ハインアップル缶詰・レモン果汁
29	金	牛乳	食パン ミートローフ アスパラとわかめのマリネ コンソメスープ ヤクルト ★誕生会メニュー	お茶 オレンジケーキ	牛乳・牛ひき肉・ふたひき肉・鶏卵・ヤクルト	食パン・パン粉・油・砂糖・じゃがいも・ホットケーキミックス・ホイップクリーム	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・アスパラガス・キャベツ・カットわかめ・オレンジジュース・みかん缶詰
30	土	牛乳	豚そぼろ丼 アスパラサラダ 大根の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・ふたひき肉・麦みそ	米・油・砂糖・マヨネーズ・釜焼きふ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・あおのり・アスパラガス・キャベツ・コーン・だいこん・えのきたけ・青ねぎ



離乳食後期 献立表

令和 8年 5月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
1 (金)	お茶	軟飯・鶏肉と小松菜の煮物・にんじん・ブロッコリースープ	おやつパン粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ゆでブロッコリー・鶏がらだし・食パン・牛乳・砂糖
2 (土)	お茶	鶏そうすい・にんじんスティック・かぼちゃスープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・釜焼きふ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
7 (木)	お茶	軟飯・肉じゃが(豚)・きゅうりスティック・ほうれん草スープ	クッキー	・麦茶・米・ぶたひき肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ほうれんそう・薄口しょうゆ・マンナビスケット
8 (金)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・里芋のみそ汁	せんべい	・麦茶・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・さといも・たまねぎ・麦みそ・ハイハイソ
9 (土)	お茶	中華粥・ブロッコリースティック・チンゲン菜スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・顆粒中華だし・濃口しょうゆ・ブロッコリー・チンゲンサイ・鶏がらだし・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
11 (月)	お茶	軟飯・鶏肉と玉ねぎの煮物・大根スティック・キャベツの味噌汁	クッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・キャベツ・絹ごし豆腐・麦みそ・マンナビスケット
12 (火)	お茶	煮込みうどん・かぼちゃスープ・スライスバナナ	青のり粥	・麦茶・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・にんじん・鶏がらだし・バナナ・米・青のり・食塩
13 (水)	お茶	軟飯・カレイとブロッコリーの煮物・にんじんスティック・ほうれん草スープ	ベビーヨーグルト	・麦茶・米・まがれい・ゆでブロッコリー・ブイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・鶏がらだし・プレーンヨーグルト
14 (木)	お茶	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・トマトスープ	にんじん粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・じゃがいも・にんじん・ブイオン・トマトピューレ・薄口しょうゆ・米
15 (金)	お茶	軟飯・たいの味噌煮・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	ビスケット	・麦茶・米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・ほうれんそう・たまねぎ・薄口しょうゆ・ビスケット
16 (土)	お茶	鶏そうすい・にんじんスティック・ブロッコリースープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・鶏がらだし・濃口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
18 (月)	お茶	軟飯・豚肉のケチャップ煮・にんじんスティック・豆乳スープ	プレーン蒸しパン	・麦茶・米・ぶたひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・ブイオン・トマトケチャップ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・豆乳・水・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・牛乳・油
19 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・大根の味噌汁	ベビースナック	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・ほうれんそう・麦みそ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
20 (水)	お茶	軟飯・カレイとかぼちゃの煮物・にんじんスティック・チンゲン菜スープ	スライスバナナ	・麦茶・米・まがれい・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・薄口しょうゆ・バナナ
21 (木)	お茶	パン粥・鶏肉と小松菜の煮物・きゅうりスティック・ブロッコリースープ	ツナ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ゆでブロッコリー・たまねぎ・ブイオン・薄口しょうゆ・麦茶・米・まぐろ水煮缶詰
22 (金)	お茶	軟飯・鮭とブロッコリーの煮物・大根スティック・小松菜の味噌汁	ビスケット	・麦茶・米・さけ・ブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・だいこん・こまつな・麦みそ・ビスケット
23 (土)	お茶	しらすと白菜の煮物・にんじんスティック・キャベツスープ	お菓子	・麦茶・しらす干し・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・たまねぎ・鶏がらだし・米・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
25 (月)	お茶	鶏そうすい・ブロッコリースティック・里芋のすまし汁	プレーン蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ブロッコリー・さといも・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・牛乳・油
26 (火)	お茶	軟飯・カレイとかぼちゃの煮物・ブロッコリースティック・大根の味噌汁	ベビースナック	・麦茶・米・まがれい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・だいこん・絹ごし豆腐・麦みそ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
27 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とブロッコリーの中華煮・なすの味噌汁・やわらか煮りご	おやつパン粥	・麦茶・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・なす・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・りんご・砂糖・食パン・牛乳
28 (木)	お茶	豆腐と鶏肉のおじや・きゅうりスティック・チンゲン菜スープ	もも缶&バナナ	・麦茶・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・チンゲンサイ・麦茶・黄桃缶・バナナ
29 (金)	お茶	パン粥・豚肉とキャベツの中華煮・アスパラの穂先・コンソメスープ	ウエハース	・麦茶・食パン・ぶたひき肉・キャベツ・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・じゃがいも・たまねぎ・ブイオン・薄口しょうゆ・麦茶・ウエハース
30 (土)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・アスパラの穂先・大根の味噌汁	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・だいこん・釜焼きふ・麦みそ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)



離乳食中期 献立表

令和 8年5月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (金)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
2 (土)	鶏そうすい・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・釜焼き豆腐
7 (木)	7倍粥・肉じゃが(鶏)・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
8 (金)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
9 (土)	鶏そうすい・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・チンゲンサイ
11 (月)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・絹ごし豆腐
12 (火)	煮込みうどん・かぼちゃスープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・にんじん
13 (水)	7倍粥・カレーとブロッコリーの煮物・ほうれん草スープ	・米・まがれい・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
14 (木)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・トマトスープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・にんじん・トマトピューレ
15 (金)	7倍粥・たいの煮物・豆腐のすまし汁	・米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・ほうれんそう・たまねぎ
16 (土)	鶏そうすい・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
18 (月)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・豆乳・水
19 (火)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・ほうれんそう
20 (水)	7倍粥・カレーとかぼちゃの煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
21 (木)	パン粥・鶏肉と小松菜の煮物・ブロッコリースープ	・食パン・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ
22 (金)	7倍粥・鮭とブロッコリーの煮物・小松菜スープ	・米・さけ・ブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
23 (土)	7倍粥・しらすと白菜の煮物・キャベツスープ	・米・しらす干し・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・たまねぎ
25 (月)	鶏そうすい・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー
26 (火)	7倍粥・カレーとかぼちゃの煮物・大根スープ	・米・まがれい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・絹ごし豆腐
27 (水)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの中華煮・なすのスープ	・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・キャベツ
28 (木)	豆腐と鶏肉のおじや・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・チンゲンサイ
29 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・じゃが芋スープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・たまねぎ
30 (土)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・釜焼き豆腐