



5月 幼児食献立表



きららうえばる保育園
栄養士 照屋恵美

令和8年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日曜日	果物 緑	昼食	おもな食材(食品)			日曜日	果物 緑	昼食	おもな食材(食品)		
			赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1 金	バナナ	ごはん		白米		19 火	バナナ	玄米ごはん		白米 玄米	
		ミートローフ	豚ミンチ		玉ねぎ 人参 ビーマン				魚のチーズマヨ焼き	白身魚 チーズ	マヨネーズ
2 土	パイナップル	野菜サラダ			レタス 胡瓜 トマト	20 水	パイナップル	大根と人参のきんぴら	油揚げ		大根 人参
		コーンクリームスープ		じゃが芋	コーン 玉ねぎ				白菜のみそ汁		
7 木	オレンジ	ご飯		白米		21 木	お弁当会 & お誕生会				
		きびなごの唐揚げ	きびなご		トマト						
8 金	バナナ	パパイアイリチー	ツナ缶 厚揚げ		パパイア 人参 なら	22 金	オレンジ	ご飯		白米	
		ソーメン汁		ソーメン	ねぎ				タンダーリーチキン	鶏肉 ヨーグルト	
9 土	パイナップル	クズモチ	きなこ	芋くず 黒糖 砂糖		23 土	バナナ	炊き込みごはん	ひじき ツナ缶	白米	人参 なら
		牛乳	牛乳						胡瓜の和え物	ツナ缶	
11 月	オレンジ	シンデレラカレー	豚ミンチ 豚レバー	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 南瓜 ビーマン	25 月	パイナップル	ご飯		白米	
		キャベツサラダ			キャベツ 胡瓜 コーン				豚肉のブラウンシュチャー	豚肉 大豆	
12 火	バナナ	卵スープ	卵		ねぎ	26 火	オレンジ	白菜サラダ	ツナ缶		白菜 トマト
		ゴヤーケーキ	牛乳	ケーキMIX 砂糖 バター	ゴヤー				ワカメスープ	ワカメ	
13 水	パイナップル	親子どんぶり	鶏肉 卵	白米	人参 玉ねぎ かいわれ	27 水	ゼリー	りんごケーキ	牛乳	ケーキMIX バター 砂糖	りんご
		胡瓜の和え物	ちくわ		胡瓜 コーン				あんかけ焼きそば	豚肉	中華麺
14 木	バナナ	冬瓜のみそ汁	ワカメ		大根 ねぎ	28 木	バナナ	揚げ魚のソースあえ	白身魚	白米 雑穀米	ブロッコリー
		黒棒 バナナ	牛乳	黒棒	バナナ				かみかみあえ	サキイカ	
15 金	オレンジ	オムライス	鶏肉 卵	白米	玉ねぎ 人参	29 金	オレンジ	なめこ汁	絹豆腐		なめこ ねぎ
		ブロッコリーあえ	ツナ缶		ブロッコリー コーン				オレンジットースト		食パン バター ママレードジャム
16 土	パイナップル	ホットケーキ	牛乳	ケーキMIX 砂糖		30 土	パイナップル	豆腐つくね	木綿豆腐 豚ミンチ	白米	トマト
		クラッカー	牛乳	クラッカー					ひじき炒め	ひじき ちくわ 油揚げ	マヨネーズ
18 月	ヨーグルト あえ	フルーツinゼリー		ゼリーの素	みかん缶 パイン缶	30 土	ヨーグルト あえ	ひじきのみそ汁		白米	人参 なら
		クラッカー		クラッカー					白菜のみそ汁		白菜 えのき茸 ねぎ
19 日	バナナ	フレンチサラダ	卵		ねぎ	31 日	ヨーグルト あえ	小豆蒸しパン	小豆あん 牛乳	ケーキMIX 油	
		卵スープ							はちや棒	牛乳	はちや棒
20 月	バナナ	小麦ごはん		白米 押し麦		1 火	バナナ	豚丼	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 ねぎ
		揚げ魚のみそダレかけ	白身魚						和え物	ツナ缶	
21 火	バナナ	人参しりしり	ツナ缶		人参 玉ねぎ 小松菜	2 水	バナナ	ワカメと豆腐のみそ汁	絹豆腐 ワカメ		
		ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ				はちや棒	牛乳	はちや棒
22 水	バナナ	バナナ				3 木	バナナ	雑穀米ごはん		白米 雑穀米	
		バナナ							揚げ魚のソースあえ	白身魚	
23 木	バナナ	バナナ				4 金	バナナ	かみかみあえ	サキイカ		人参 胡瓜 キャベツ
		バナナ							なめこ汁	絹豆腐	
24 金	バナナ	バナナ				5 土	バナナ	オレンジットースト		食パン バター ママレードジャム	
		バナナ							バナナ	牛乳	
25 土	バナナ	バナナ				6 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
26 日	バナナ	バナナ				7 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
27 月	バナナ	バナナ				8 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
28 火	バナナ	バナナ				9 水	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
29 水	バナナ	バナナ				10 木	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
30 木	バナナ	バナナ				11 金	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
31 金	バナナ	バナナ				12 土	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
1 土	バナナ	バナナ				13 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
2 日	バナナ	バナナ				14 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
3 月	バナナ	バナナ				15 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
4 火	バナナ	バナナ				16 水	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
5 水	バナナ	バナナ				17 木	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
6 木	バナナ	バナナ				18 金	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
7 金	バナナ	バナナ				19 土	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
8 土	バナナ	バナナ				20 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
9 日	バナナ	バナナ				21 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
10 月	バナナ	バナナ				22 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
11 火	バナナ	バナナ				23 水	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
12 水	バナナ	バナナ				24 木	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
13 木	バナナ	バナナ				25 金	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
14 金	バナナ	バナナ				26 土	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
15 土	バナナ	バナナ				27 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
16 日	バナナ	バナナ				28 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
17 月	バナナ	バナナ				29 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
18 火	バナナ	バナナ				30 水	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
19 水	バナナ	バナナ				31 木	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
20 木	バナナ	バナナ				1 金	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
21 金	バナナ	バナナ				2 土	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
22 土	バナナ	バナナ				3 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
23 日	バナナ	バナナ				4 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
24 月	バナナ	バナナ				5 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
25 火	バナナ	バナナ				6 水	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
26 水	バナナ	バナナ				7 木	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
27 木	バナナ	バナナ				8 金	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
28 金	バナナ	バナナ				9 土	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
29 土	バナナ	バナナ				10 日	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
30 日	バナナ	バナナ				11 月	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	
31 月	バナナ	バナナ				12 火	バナナ	バナナ			
		バナナ							バナナ	牛乳	

※ 4日(土)みどりの日でお休みです。
 ※ 5日(月)こどもの日でお休みです。
 ※ 6日(火)振替休日でお休みです。
 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。

