

令和8年

社会福祉法人  
輝 咲 保 育 園

※ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

管理栄養士 植月 麻幹子

日 曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食・午後おやつ)			日 曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食・午後おやつ)								
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり						
5 月	キーマカレー のりサラダ コーンスープ 果物  今年もよろしくお願ひします	ビスケット サブレ ミルク	豚ひき肉 ツナ缶 わかめ	精白米 じゃが芋 ★バター	人参、玉ねぎ、マッ シュルーム缶、ホー ルトマト缶、ブロッコ リー、Hコーン缶、C コーン缶、みかん缶	21 水	フーチバージュシー 白身魚のから揚げ ほうれん草の磯あえ ゆし豆腐 果物	★チーズ ちんびん ミルク	豚肉 白身魚 ◇ゆし豆腐	精白米	干しいたけ、人参、 よもぎ、ほうれん 草、キャベツ、人 参、桃缶						
												※HKミックス粉、黒糖、★バター、★牛乳			▲チンピンミックス粉		
6 火	新年・お祝い膳 そぼろ寿司 西京焼き 果物 カリカリきゅうり 花麩のすまし汁	ネーブル マドレーヌ ミルク	鶏ひき肉 白身魚	精白米 ごま油 白ゴマ ▲飾り麩	干しいたけ、人参、 Hコーン缶、きゅう り、大根、みつば、 いちご、パイン缶	22 木	ごはん(強化米) 厚揚げのケチャップ煮 さつま芋の塩バター もずく汁 果物	バナナ 小豆クッキー ミルク	◇厚揚げ 豚も肉 もずく(塩茹 ぎ)	精白米 さつま芋 ★バター	玉ねぎ、人参、ブ ロッコリー、マッシュ ルーム缶、Hコーン 缶、パセリ、えのき たけ、りんご						
												※HKミックス粉、メープルシロップ、★バター、★牛乳			▲小麦粉、つぶあん、		
7 水	弁当会	★チーズ パン 乳製品				23 金	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ 豚肉と白菜のスープ 果物	せんべい カレーおにぎり ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 豚肉	◎ロールパ ン じゃが芋	玉ねぎ、人参、き ゅうり、白菜、小松 菜、えのきたけ、み かん						
												精白米、人参、カレー粉、コン缶、ツナ缶					
8 木	ごはん(強化米) 麻婆豆腐 もやしのごまあえ 春雨スープ(豚) 果物	バナナ 大学芋 ミルク	◇豆腐 豚ひき肉 豚薄切り肉	精白米 ごま油 すりごま 春雨	人参、玉ねぎ、生 しいたけ、たけのこ、 ごもやし、ほうれん 草、赤ピーマン、キャ ベツ、人参、干しい たけ、みかん	24 土	ハヤシライス スティックきゅうり わかめスープ 果物	ウエハース メロンパン ミルク	鶏も肉 わかめ	精白米 じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ、人参、ブ ロッコリー、マッシュ ルーム缶、Hコーン 缶、きゅうり、みつば、 バナナ						
												さつま芋、ごま			※メロンパン		
9 金	ごはん(強化米) 魚のみそマヨ焼き とうがんのそぼろあん あおさ汁(豆腐) 果物	せんべい ココアクリーム サンド ミルク	鮭 豚ひき肉 あおさ ◇豆腐	精白米 白ゴマ	とうがん、玉ねぎ、 人参、なす、ピーマ ン、干しいたけ、パ イン缶	26 月	ごはん(強化米)基本 豚肉のケチャップ煮(微 3色野菜のちくわ和え 魚のみそ汁 果物	クラッカー 黒糖アガラサー ミルク	豚薄切り肉 ツナ缶 白身魚	精白米 白ゴマ	玉ねぎ、マッシュ ルーム缶、キャベ ツ、小松菜、人参、 とうがん、みかん						
												※食パン、純ココア、◇豆乳			▲アガラサーミックス粉、ごま		
10 土	ちゃんぽんラーメン きゅうりの中華風 果物	ウエハース 源氏パイ ミルク	豚肉 ●竹小町 (卵不使用)	▲中華めん ごま油	白菜、玉ねぎ、もや し、人参、きくらげ 乾、Hコーン缶、ニ ラ、きゅうり、バナナ	27 火	わかめごはん(強化米) さばのみそ焼き 沖縄風煮つけ そうめん汁 果物	ネーブル キャロットサンド ミルク	わかめご飯 の素、さば、 豚肉、◇厚 揚げ、刻み 昆布	精白米 白ゴマ ▲そうめん	大根、しめじ、人 参、りんご						
												※源氏パイ			※食パン、人参、ツナ缶、アレルギー対応マヨネーズ		
13 火	ごはん(強化米)基本 クリームシチュー 春雨サラダ わかめスープ 果物	ネーブル ホットケーキ ミルク	鶏も肉 ●竹小町 (卵不使用) わかめ	精白米 じゃが芋 春雨 ごま油 白ゴマ	玉ねぎ、人参、ブ ロッコリー、きゅう り、キャベツ、みつ ば、みかん	28 水	ごはん(強化米)基本 照り焼きハンバーグ 切干大根のイリチー みそ汁(じゃが芋) 果物	バナナ ケーキ ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 刻み昆布 ツナ缶 わかめ	精白米 じゃが芋	玉ねぎ、切干大根、 人参、小松菜、糸 こんにゃく、玉ねぎ、 パイン						
												※HKミックス粉、★牛乳、はちみつ(1歳以上)			米粉、もずく、玉ねぎ、人参、さやいんげん、ツナ缶		
14 水	ゆかりごはん(強化米) 炒り豆腐 きゅうりとしらすの甘酢 とうがん汁 果物	★チーズ 揚げパン ミルク	◇豆腐 豚肉 ●竹小町 干ひじき しらす干し わかめ	精白米 ◇ロールパ ン(超熟)	干しいたけ、人参、 玉ねぎ、さやいんげ ん、きゅうり、とう がん、人参、パイン	29 木	ゆかりごはん(強化米) レパーフライ(卵、小麦) 白菜のツナ炒め あおさ汁(豆腐) 果物	バナナ 米粉の きなこクッキー ミルク	豚レバー ●卵 ツナ缶 あおさ ◇豆腐	精白米	白菜、人参、小松 菜、みかん						
												※ロールパン、◇きな粉			米粉、◇きな粉、粉黒糖、◇豆乳		
15 木	ごはん(強化米)基本 鶏のから揚げ(カレー風味) 人参シリシリ みそ汁(厚揚げ) 果物	バナナ ちんすこう ミルク	鶏も肉 ツナ缶 ◇厚揚げ	精白米	人参、玉ねぎ、ニ ラ、キャベツ、小松 菜、りんご	30 金	タコライス ポテトサラダ(カボチャ) 厚揚げと野菜のスープ 果物	胚芽クラッカー いちごマフィン ミルク	豚ひき肉 ★ピザサ ー ◇厚揚げ	精白米 じゃが芋	玉ねぎ、人参、レ タス、トマト、かぼ ちゃ、きゅうり、パ イン、レーズン、キャ ベツ、もやし、人参、 りんご						
												▲小麦粉、ラード			※HKミックス粉、★牛乳、★バター、イチゴジャム		
16 金	スパゲティミートソース パンブキンサラダ 鶏肉と野菜のスープ 果物	胚芽クラッカー いなり風おにぎり ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 鶏も肉	▲スパゲ ティ じゃが芋	人参、玉ねぎ、マッ シュルーム缶、トマ ト、セロリ、ピーマ ン、かぼちゃ、白 菜、みかん 人参	31 土	五目うどん きゅうりのゴまあえ 果物	ウエハース 亀の甲せんべい ミルク	鶏も肉 ●竹小町 (卵不使用)	▲茹うどん ごま油 ごま	玉ねぎ、人参、干 しいたけ、ほうれん 草、きゅうり、バナナ						
												精白米、人参、◇油揚げ、ごま			▲亀の甲せんべい		
17 土	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー(マヨ) ポテトスープ 果物	ウエハース ぶどうパン ミルク	鶏も肉 わかめ	精白米 じゃが芋	干しいたけ、玉 ねぎ、人参、Hコー ン缶、ブロッコリー、 バナナ	19 月	納豆ごはん 肉じゃが くっずきり みそ汁 果物	ビスケット サーター アンダギー ミルク	◇納豆 豚肉 わかめ ●ハム(卵 不使用)	精白米 じゃが芋 くっずきり(カ ット)	玉ねぎ 糸こんにゃく(1cm カット) 人参 ブロッコリー きゅうり						
												※レーズンパン					
20 火	沖縄そば ほうれん草の白和え 果物	ネーブル ひじきおにぎり ミルク	豚薄切り肉 ●丸かまぼ こ 刻み昆布 干ひじき ◇豆腐	▲沖縄そば 白すりごま	白菜、ほうれん草、 人参、りんご												
												精白米、ひじき、人参、◇油揚げ、ニラ					
<div>★食物アレルギー対応食は、生活管理指導表に基づき実施しています。 ・主なアレルゲン表示・・・●卵、★乳製品、▲小麦、◇大豆製品、(※加工食品・市販品は都度確認し提供します。) ・調味料等の表示は除いています。(詳細は担任へご確認ください) ・パン、ちくわ、ハム、ウィンナー、ベーコン、マヨネーズ等、一部卵不使用商品を使用しています。また、えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は使用していません。</div> <div>★食材、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★「離乳食献立表」は、該当者へのみお配りにしています。 ★幼児食移行期(1～1歳半頃)は、個人の咀嚼能力に合わせて提供します。 ★仕入れの関係上、魚・果物など一部の食品が変更となる場合があります。</div>																	

★食物アレルギー対応食は、生活管理指導表に基づき実施しています。  
 ・主なアレルゲン表示・・・●卵、★乳製品、▲小麦、◇大豆製品、(※加工食品・市販品は都度確認し提供します。)  
 ・調味料等の表示は除いています。(詳細は担任へご確認ください)  
 ・パン、ちくわ、ハム、ウィンナー、ベーコン、マヨネーズ等、一部卵不使用商品を使用しています。また、えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は使用していません。

★食材、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。  
 ★「離乳食献立表」は、該当者へのおお配りしています。  
 ★幼児食移行期(1〜1歳半頃)は、個人の咀嚼能力に合わせて提供します。  
 ★仕入れの関係上、魚・果物など一部の食品が変更となる場合があります。

