




5月幼児食献立表



令和8年 浦和いろは保育園

日	曜	献立名	主な材料	午前のおやつ (乳児)	3時のおやつ	栄養価
1	金	★行事の日(端午の節句)★ オムハヤシ ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー	米、牛肉、玉ねぎ、しめじ、マッシュルーム缶、グリーンピース、卵、牛乳、トマトケチャップ、ハヤシフレック、ブロッコリー、にんじん、コーン、卵不使用マヨネーズ、青りんごゼリー、小麦粉、あずき、抹茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	今川焼き(抹茶) 牛乳	エネルギー622kcal 蛋白17.7g 脂質21.8g 炭水化物90.4g 食塩2.2g
2	土	お野菜ラーメン きゅうりの和え物 フルーツ(バナナ)	中華麺、豚肉、玉ねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、鶏がらスープの素、しょうゆ、きゅうり、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー403kcal 蛋白16.3g 脂質10.5g 炭水化物60.0g 食塩1.8g
4	月	 				
5	火					
6	水					
7	木	ごはん 照り焼きチキン マカロニサラダ じゃがいものみそ汁 りんご	米、鶏肉、しょうが、砂糖、みりん、しょうゆ、片栗粉、マカロニ、きゅうり、コーン、ドレッシング、マヨネーズ、じゃがいも、油揚げ、ねぎ、みそ、りんご缶、いちごのムース、白い風船、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	いちごのムース 白い風船 牛乳	エネルギー618kcal 蛋白18.3g 脂質23.1g 炭水化物84.4g 食塩2.4g
8	金	お野菜味噌ラーメン チンゲン菜のナムル パイナップル	中華麺、豚肉、玉ねぎ、ほうれん草、にんじん、コーン、鶏がらスープの素、みそ、しょうゆ、チンゲン菜、白ごま、ごま油、パイナップル缶、米、菜飯の素、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(菜飯) チーズ 麦茶	エネルギー482kcal 蛋白16.8g 脂質9.3g 炭水化物83.3g 食塩2.3g
9	土	肉うどん いんげんのおかか和え オレンジゼリー	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、インゲン、にんじん、しょうゆ、かつお節、オレンジゼリー、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー347kcal 蛋白14.6g 脂質9.7g 炭水化物50.4g 食塩2.8g
11	月	ごはん 鶏のから揚げ 大豆サラダ コンソメスープ みかん	米、鶏肉、しょうゆ、小麦粉、サラダ油、大豆、きゅうり、にんじん、コーン、チーズ、卵不使用マヨネーズ、キャベツ、じゃがいも、玉ねぎ、コンソメスープの素、みかん缶、ポップコーン、いりこ、牛乳(0, 1歳児:卵ポーロ)	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ポップコーン いりこ 牛乳 (0, 1歳児:卵ポーロ)	エネルギー541kcal 蛋白22.7g 脂質20.3g 炭水化物66.0g 食塩2.3g
12	火	チャーハン 春巻き ほうれん草の中華和え ワンタンスープ 白桃	米、鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、玉ねぎ、鶏がらスープの素、たけのこ、豚肉、春雨、しょうが、しいたけ、XO醤、オイスターソース、サラダ油、ほうれん草、しょうゆ、白ごま、ごま油、ワンタンの皮、ねぎ、白桃缶、黒ゴマペースト、卵、ゼラチン、牛乳、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	黒ゴマプリン 麦茶	エネルギー375kcal 蛋白9.2g 脂質8.5g 炭水化物66.4g 食塩1.8g
13	水	具だくさんきつねうどん カリフラワーのサラダ みかん	うどん、豚肉、油揚げ、ほうれん草、かまぼこ、にんじん、ねぎ、追いがつおつゆ、カリフラワー、えだまめ、卵不使用マヨネーズ、みかん缶、米、ゆかり、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(ゆかり) チーズ 麦茶	エネルギー456kcal 蛋白15.6g 脂質10.9g 炭水化物73.5g 食塩3.4g
14	木	ごはん サバの生姜煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のすまし汁 パイナップル	米、さば、しょうが、みりん、砂糖、かぼちゃ、追いがつおつゆ、ほうれん草、にんじん、油揚げ、だし汁、しょうゆ、パイナップル缶、ホットケーキミックス、バター、卵、りんごペースト、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	りんごプチケーキ 牛乳	エネルギー563kcal 蛋白18.1g 脂質20.9g 炭水化物76.4g 食塩1.9g
15	金	パン メンチカツ きゅうりのツナマヨサラダ ミネストローネ フルーツヨーグルト	パン、鶏肉、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、サラダ油、とんかつソース、きゅうり、にんじん、コーン、ツナフレック、卵不使用マヨネーズ、マカロニ、じゃがいも、ベーコン、グリーンピース、トマト缶、コンソメスープの素、プレーンヨーグルト、砂糖、黄桃缶、米、かつお節、白ごま、しょうゆ、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(おかし) チーズ 麦茶	エネルギー594kcal 蛋白18.9g 脂質17.8g 炭水化物87.9g 食塩2.7g
16	土	コーンラーメン 白菜のボン酢和え フルーツ(バナナ)	中華麺、豚肉、玉ねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、鶏がらスープの素、しょうゆ、白菜、コーン、ボン酢、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー413kcal 蛋白16.9g 脂質10.7g 炭水化物61.8g 食塩1.9g

18	月	ごはん ハンバーグトマトソース ハムポテト コンソメスープ みかん	米、豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、小麦粉、トマトソース、じゃがいも、ブロッコリー、ハム、カレー粉、キャベツ、にんじん、いんげん、しめじ、コンソメスープの素、みかん缶、片栗粉、ニラ、しらす、白ごま、ごま油、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	チヂミ 牛乳	エネルギー488kcal 蛋白17.8g 脂質11.0g 炭水化物79.6g 食塩2.0g
19	火	ごはん 豚肉旨塩炒め いんげんの和え物 中華スープ りんご	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、鶏がらスープの素、インゲン、コーン、しょうゆ、豆腐、わかめ、ねぎ、りんご缶、食パン、バター、きな粉、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	シュガーラスク (きな粉) 牛乳	エネルギー485kcal 蛋白15.4g 脂質15.2g 炭水化物73.3g 食塩1.5g
20	水	ごはん 白身魚フライ きゅうりのオーロラサラダ かぼちゃのみそ汁 パイナップル	米、タラ、小麦粉、パン粉、サラダ油、きゅうり、にんじん、卵不使用マヨネーズ、トマトケチャップ、かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ、みそ、パイナップル缶、フルーチェの素 (いちご)、いちご、牛乳、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	フルーチェ (いちご) 麦茶	エネルギー365kcal 蛋白10.8g 脂質6.3g 炭水化物67.1g 食塩1.4g
21	木	ポークカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツヨーグルト	米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレーフレーク、キャベツ、コーン、卵不使用マヨネーズ、プレーンヨーグルト、砂糖、黄桃缶、卵、牛乳、ゼラチン	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	プリン 牛乳	エネルギー421kcal 蛋白12.8g 脂質11.8g 炭水化物67.4g 食塩1.4g
22	金	★お弁当の日 (3~5歳児)★ ごはん サバの味噌煮 ほうれん草のおかか和え じゃがいものみそ汁 いちごゼリー	米、さば、みそ、砂糖、ほうれん草、にんじん、かつお節、しょうゆ、じゃがいも、油揚げ、ねぎ、みそ、いちごゼリー、ホットケーキミックス、バター、卵、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	リングドーナツ 牛乳	エネルギー193kcal 蛋白6.6g 脂質8.9g 炭水化物21.3g 食塩0.3g
23	土	お野菜たっぷりうどん カリフラワーの和え物 フルーツ (バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ほうれん草、にんじん、ねぎ、追いがつおつゆ、カリフラワー、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー360kcal 蛋白15.0g 脂質9.6g 炭水化物52.5g 食塩2.9g
25	月	ちらし寿司 白菜のごま和え 鶏肉と根菜のすまし汁 白桃	米、にんじん、しいたけ、れんこん、サケフレーク、卵、グリーンピース、酢、砂糖、しょうゆ、白菜、ちくわ、白ごま、鶏肉、里芋、大根、ねぎ、だし汁、白桃缶、ココアパウダー、牛乳、ゼラチン	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ココアプリン 牛乳	エネルギー450kcal 蛋白15.6g 脂質11.3g 炭水化物71.7g 食塩2.0g
26	火	★げんき献立★ 三色丼 げんきサラダ 春雨スープ フルーツ (オレンジ)	米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、卵、牛乳、ほうれん草、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン、グリーンピース、卵不使用マヨネーズ、春雨、玉ねぎ、しいたけ、ねぎ、鶏がらスープの素、オレンジ、ホットケーキミックス、砂糖、サラダ油、えだまめ、チーズ	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	枝豆とチーズの蒸しパン 牛乳	エネルギー566kcal 蛋白21.4g 脂質20.5g 炭水化物75.8g 食塩1.7g
27	水	ごはん さんまの生姜煮 ほうれん草のおかか和え 里芋のみそ汁 りんご	米、さんま、しょうが、しょうゆ、みりん、砂糖、ほうれん草、にんじん、かつお節、里芋、油揚げ、ねぎ、みそ、りんご缶、ホットケーキミックス、バター、卵、メープルシロップ、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	メープルプッチェケーキ 牛乳	エネルギー555kcal 蛋白18.7g 脂質20.4g 炭水化物74.7g 食塩1.8g
28	木	ごはん チキンステーキ ブロッコリーのごま和え 豆腐のすまし汁 パイナップル	米、鶏肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、ブロッコリー、にんじん、白ごま、豆腐、しめじ、ねぎ、だし汁、パイナップル缶、パウムクーヘン、白い風船、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	パウムクーヘン 白い風船 牛乳	エネルギー556kcal 蛋白19.0g 脂質19.6g 炭水化物77.4g 食塩1.5g
29	金	パン 牛肉コロッケ カリフラワーのツナマヨサラダ ポトフ みかん	パン、牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、サラダ油、とんかつソース、カリフラワー、にんじん、ツナフレーク、卵不使用マヨネーズ、おさかなソーセージ、大根、グリーンピース、コンソメスープの素、みかん缶、米、ひじき、大豆、油揚げ、砂糖、みりん、だし汁、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり (ひじき) チーズ 麦茶	エネルギー594kcal 蛋白14.3g 脂質21.6g 炭水化物84.4g 食塩2.2g
30	土	わかめラーメン チンゲン菜の中華和え フルーツ (バナナ)	中華麺、豚肉、玉ねぎ、わかめ、にんじん、ねぎ、鶏がらスープの素、しょうゆ、チンゲン菜、コーン、ごま油、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー414kcal 蛋白16.6g 脂質11.5g 炭水化物59.8g 食塩1.9g

仕入れの都合により献立が多少変化することがございます。ご了承ください。

給食時とおやつ時は水分補給として麦茶を提供しています。また、麦ごはんを定期的に提供しています。乳児では提供していない食材もあります。担任の先生にご確認ください。

