

令和8年5月献立表

宮保育園

| 日付 | 献立名 | |
|---------|--|---------------------------|
| | 昼食 | おやつ |
| 1 金 | 野菜たっぷりそぼろごはん わかめとしらすの三杯酢 みそ汁 豆腐 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 紫いもチップス 未満児：おせんべいしょうゆ味 |
| 7 木 | カレーライス 野菜サラダ いちご 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作りフライドポテト |
| 8 金 | ごはん さばの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え みそ汁 たまねぎ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | たまりせんべい |
| 11 月 | ごはん 酢豚 たたききゅうり みそ汁 豆腐 食べる煮干し 2歳児 以上児 | やわらかげんこつきなこ 未満児：豆乳クッキー |
| 12 火 | 鮭の炊き込みご飯 じゃが芋のうま煮 みそ汁 切干大根 食べる煮干し 2歳児 以上児 | セレクトおやつ 牛乳 |
| 13 水 | 肉うどん 春野菜のかき揚げ 有機バナナ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 有機玄米入り塩おにぎり |
| 14 木 | ゆかりごはん 高野豆腐の煮物 春雨の三杯酢 みそ汁 じゃがいも 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 野菜ステック 牛乳 |
| 15 金 | 乳 卵不使用ロールパン 豆腐のカレーポタージュ ブロッコリーのサラダ 国産みかんゼリー 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 米粉とさつまいもの蒸しパン 牛乳 |
| 18 月 | 納豆ごはん ねぎ 根菜の煮物 みそ汁 かぼちゃ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | おからドーナッツ 牛乳 |

| 日付 | 献立名 | |
|---------|---|--|
| | 昼食 | おやつ |
| 19 火 | 麦ごはん 白身魚の甘酢あんかけ 切干大根の煮付け みそ汁 春野菜 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作りカルピスゼリー |
| 20 水 | 焼きそば 春キャベツのツナサラダ わかめスープ 型抜きチーズ いちご 食べる煮干し 2歳児 以上児 | ゆかりおにぎり |
| 21 木 | 雑穀ごはん 鶏の磯辺揚げ アスパラの胡麻ネーズ和え みそ汁 なめこ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | セレクトおやつ 牛乳 |
| 22 金 | ごはん 有機米 鮭の塩麹焼き 小松菜とカリカリじゃこのお浸し みそ汁 あおさ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作りよもぎ蒸しパン |
| 25 月 | 納豆ごはん 小松菜 じゃこ 豚肉と新玉ねぎの炒め物 みそ汁 大根 食べる煮干し 2歳児 以上児 | はとむぎおこし 未満児：セレクトおやつ 牛乳 |
| 26 火 | 親子丼 ごぼうサラダ みそ汁 わかめ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 元気水族館の仲間たち |
| 27 水 | ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツとじゃこの和え物 みそ汁 厚揚げ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | フレンズクレープ いちご 牛乳 |
| 28 木 | 竹の子ごはん がんもといんげん煮つけ すまし汁 日向夏ゼリー 食べる煮干し 2歳児 以上児 | ミニドーナッツ 未満児：国産かぼちゃのマフィン ジョア プレーン |
| 29 金 | ごはん ししゃもフライ ひじきの煮付け みそ汁 キャベツ 食べる煮干し 2歳児 以上児 いちご | みたらし団子 0.1才：しおポンせん |



5月25日 龍華会の給食のだしの取り方について
動画配信をします。