

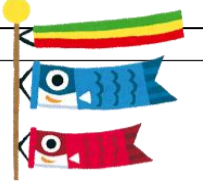
# 5月の献立表

増美保育園川越 2026年



名阪食品  
MEIHAN SHOKUHIN

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	金	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	キーマカレーライス 南瓜サラダ オレンジゼリー	豚肉	玉葱・人参・生姜・にんにく 南瓜・人参・コーン・グリーンピース・玉葱	米・サラダ油 マヨドレ オレンジゼリーの素	水・アレルギーカレーフレーク 水
		3時	こいのぼりクッキー 牛乳	玉子 牛乳		小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス
7	木	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	白身魚のマヨ焼き *小松菜のお浸し 花野菜の磯香和え 味噌汁 ご飯	ほき  油揚げ・味噌	玉葱・パセリ 小松菜 ブロッコリー・カリフラワー・コーン・焼のり わかめ	マヨドレ・サラダ油  米	塩 醤油・和風だし 醤油 水・天然だし
		3時	味噌蒸しパン 麦茶	味噌・豆乳		小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー 麦茶・水
8	金	10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	ミートソースうどん わかめサラダ バナナ	豚肉	ピーマン・玉葱・人参・水煮トマト・にんにく わかめ・白菜・もやし バナナ	うどん・サラダ油・砂糖・片栗粉 サラダ油	ケチャップ・アレルギーハヤシフレーク・コンソメ・塩・水 酢・塩・醤油
		3時	枝豆コーンおにぎり 麦茶		枝豆・コーン	米	和風だし・醤油 麦茶・水
11	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏のコーンフレーク焼き *粉ふき芋 ナムル 味噌汁 ご飯	鶏肉  焼麩・味噌	生姜・にんにく  もやし・人参・青梗菜 なす	マヨドレ・コーンフレーク じゃが芋 胡麻・胡麻油  米	塩・料理酒 コンソメ 塩・鶏がらスープ 水・天然だし
		3時	スナッ麩 麦茶			焼麩・マーガリン・サラダ油・グラニュー糖	麦茶・水
12	火	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	ハヤシライス きゃべつのフレンチサラダ マスカットゼリー	豚肉	玉葱・マッシュルーム・グリーンピース きゃべつ・人参	サラダ油・米 サラダ油・砂糖 マスカットゼリーの素	アレルギーハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・塩・水 酢・塩 水
		3時	あんこサンド 牛乳	こしあん 牛乳		ロールパン	
13	水	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	マーボー豆腐丼 ブロッコリーの胡麻和え わかめスープ	豆腐・豚肉・味噌	長葱・にんにく・生姜・グリーンピース ブロッコリー・人参・コーン わかめ・かいわれ大根	米・サラダ油・胡麻油・砂糖・片栗粉 胡麻・砂糖 胡麻油	醤油・鶏がらスープ・水 醤油 鶏がらスープ・塩・水
		3時	おかかおにぎり 麦茶	かつお節	大根の葉	米	醤油 麦茶・水
14	木	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	お好み焼き風玉子焼き 高野豆腐と野菜の煮物 すまし汁 ゆかりご飯	玉子・豚肉・かつお節 高野豆腐	きゃべつ・青のり粉 人参・絹さや 大根・豆苗 ゆかり	サラダ油・マヨドレ 砂糖  米	醤油・中濃ソース 醤油・天然だし 水・天然だし・塩・醤油
		3時	のり塩うなぎ 麦茶		青のり粉	焼麩・サラダ油	塩 麦茶・水
15	金	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	肉野菜炒め ポテトサラダ 味噌汁 ご飯	豚肉  味噌	人参・白菜・もやし・生姜 コーン・玉葱 ほうれん草・絹さや	サラダ油 じゃが芋・マヨドレ  米	醤油・塩 水・天然だし
		3時	そぼろおにぎり 牛乳	豚肉 牛乳	生姜	米・砂糖	醤油・みりん



# 5月の献立表

増美保育園川越 2026年



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
18月	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	かれいのみぞれ煮 信田和え 味噌汁 ご飯	かれい 油揚げ 味噌	大根・生姜・絹さや ほうれん草・人参 かいわれ大根	砂糖 じゃが芋 米	醤油・料理酒・みりん・水 醤油 水・天然だし
		3時	さつま芋蒸しパン 麦茶	牛乳		小麦粉・砂糖・サラダ油・さつま芋	ベーキングパウダー 麦茶・水
19火	火	10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	回鍋肉 ひじき煮 すまし汁 ご飯	豚肉・味噌 油揚げ 豆腐	きゃべつ・人参・玉葱・にんにく ひじき・人参・グリーンピース わかめ	サラダ油・胡麻油・砂糖 サラダ油・砂糖 米	醤油・料理酒 醤油・天然だし 水・天然だし・塩・醤油
		3時	きな粉トースト 牛乳	きな粉 牛乳		食パン・マーガリン・砂糖	
20水	水	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	鶏の醤油こうじ焼き *ブロッコリー 切り干し大根煮 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ 味噌	ブロッコリー 切干大根・人参 白菜・大根の葉	砂糖・サラダ油 砂糖・サラダ油 米	醤油・みりん・塩こうじ 塩 醤油・水 水・天然だし
		3時	味噌おにぎり 麦茶	味噌		米・砂糖	醤油・みりん 麦茶・水
21木	木	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	イタリアンチキン マカロニサラダ コンソメスープ キャロットライス	鶏肉・チーズ 	人参・玉葱・枝豆 きゃべつ・コーン 人参・パセリ	砂糖・サラダ油 マカロニ・マヨドレ 米・サラダ油	ケチャップ・ウスターソース コンソメ・塩・水 コンソメ・塩
		3時	南瓜のパウンドケーキ 麦茶	玉子・牛乳	南瓜	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー 麦茶・水
22金	金	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	味噌ラーメン 大根の中華サラダ バナナ	味噌・豚肉・ナルト	もやし・玉葱・コーン 大根・えのき草・人参 バナナ	中華麺・サラダ油・胡麻油 砂糖・胡麻油	水・鶏がらスープ・塩 醤油・鶏がらスープ・酢
		3時	ひじきおにぎり 牛乳	油揚げ 牛乳	ひじき・人参・だし昆布	米	醤油・みりん・塩
25月	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	チキンステーキ 春雨マヨサラダ 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ・味噌	玉葱・にんにく わかめ・人参・もやし 玉葱	サラダ油・砂糖・片栗粉 春雨・マヨドレ 米	塩・醤油・酢・料理酒・水 水・天然だし
		3時	きな粉スナッヂ 麦茶	きな粉		焼酎・サラダ油・マーガリン・砂糖	塩 麦茶・水
26火	火	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	チーズオムレツ ひじきときゃべつのフレンチサラダ コンソメスープ 食パン	玉子・豚肉・チーズ	ピーマン・玉葱 ひじき・人参・きゃべつ 玉葱	サラダ油 サラダ油・砂糖 じゃが芋 食パン	塩・ケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ・塩・水
		3時	菜飯おにぎり 麦茶		菜めしご飯の素	米	麦茶・水
27水	水	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	豚肉の生姜焼き ブロッコリーと油揚げのサラダ 味噌汁 ご飯	豚肉 油揚げ 味噌	玉葱・人参・生姜 ブロッコリー・コーン 白菜・水菜	サラダ油 砂糖・胡麻油 米	みりん・醤油 醤油・酢・塩 水・天然だし
		3時	スコーン 牛乳	牛乳 牛乳		ホットケーキミックス・マーガリン	
28木	木	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	ポークカレーライス ほうれん草サラダ ぶどうゼリー	豚肉 ツナ	玉葱・人参・生姜・にんにく ほうれん草・人参	じゃが芋・サラダ油・米 サラダ油・砂糖 ぶどうゼリーの素	カレー粉・丸対応カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース・水 酢・塩 水
		3時	のり塩おにぎり 麦茶		青のり粉	米	塩 麦茶・水
29金	金	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	厚揚げチャンプルー さつま芋のごま和え 味噌汁 ご飯	厚揚げ・豚肉・かつお節 味噌	玉葱・人参・きゃべつ コーン・人参 もやし・かいわれ大根	サラダ油・胡麻油 さつま芋・胡麻・砂糖 米	醤油・和風だし・塩 醤油 水・天然だし
		3時	ココア蒸しパン 牛乳	牛乳 牛乳		小麦粉・砂糖・純ココア	ベーキングパウダー

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください  
 ※27品目アレルギー不使用の食材には 丸対応 と表記しています



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1~2歳児	エネルギー	460kcal	461kcal
	たんぱく質	15g	16g
	食塩	1.8g	1.6g
3~5歳児	エネルギー	540kcal	539kcal
	たんぱく質	17g	19.3g
	食塩	2g	1.9g

※目標栄養価は昼食とおやつとの合算したものととなります