



# 5月献立表

2026.4.30



新中央保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	備考			
		3歳未満児	全園児	3歳未満児		全園児		
1	15	金	フルーツ ヨーグルト	レバー入りカレー もやしサラダ キャベツとえのきのスープ	ごはん	牛乳 かしわもち 風蒸しパン 牛乳 アンパンマン 蒸しパン		
2	16	土	牛乳 果物	わかめラーメン かぼちゃの含め煮 バナナ		飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
④	18	月	牛乳 オレンジ	松風焼き ほうれんそうともやしのお浸し みそ汁(じゃが芋・にんじん) ゴールドキウイ	ごはん	牛乳 大学芋		
⑤	19	火	牛乳 バナナ	けんちん煮 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁(キャベツ・しめじ) パイン	ごはん	牛乳 人参クッキー		
⑥	20	水	牛乳 オレンジ	ミックスコロケ 小松菜の納豆あえ みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ) ミニトマト	ごはん	フルーツヨーグルト アンパンマン コロコロビスケット		
7	21	木	牛乳 ゴールド キウイ	かしわうどん ちくわとさつま芋のかき揚げ	オレンジ	牛乳 ジャムサンド (いちご)	3歳以上児 おにぎりの日	
8	22	金	フルーツ ヨーグルト	ほっけのカレー焼き 五目和え みそ汁(かぶ) バナナ	ごはん	牛乳 ☆昆布 いも団子		
9	23	土	牛乳 果物	焼きそば 中華きゅうり ゴールドキウイ 麦茶		飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
11	25	月	牛乳 バナナ	高野豆腐と鶏肉の卵とじ ブロッコリー みそ汁(小松菜・油揚げ) パイン	ごはん	牛乳 ほうれん草の パンケーキ		
12	26	火	牛乳 ゴールド キウイ	赤魚の煮つけ 切り干大根の煮物 みそ汁(キャベツ・なめこ) オレンジ	ごはん	麦茶 鶏そぼろおにぎり		
13	27	遠足	水	牛乳 バナナ	マカロニグラタン 4色サラダ かぶのスープ ゴールドキウイ <b>*27日は3歳以上児、お弁当の日です!!</b>	白パン	カルピスポンチ カルシウムせん	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
14	28	木	牛乳 オレンジ	塩ラーメン ちくわときゅうりの味噌マヨネーズ バナナ		牛乳 ☆するめ マシュマロ フレーク	3歳以上児 おにぎりの日	
29	誕生会	金	フルーツ ヨーグルト	☺☺☺わくわくアンパンマンランチ☺☺☺ アンパンマンご飯 鶏の照り焼き アンパンマンポテト ミニトマト ブロッコリー プチゼリー ジョア(ｽｯﾊﾟﾘ)		牛乳 アンパンマン ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
30	土	牛乳 果物	五目うどん じゃが芋のそぼろ煮 オレンジ		飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません		

\*5月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 436kcal、たんぱく質 16.4g、脂質 12.9g、塩分 1.5gが平均給与量です。

\*5月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 365kcal、たんぱく質 16.2g、脂質 14.4g、塩分 1.9gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、

午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。