



給食献立表

普通食

令和8年5月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱やかになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
5月1日	わかめご飯 エビフライ マカロニサラダ バナナ	かしわもち (ほうれん草のケーキ) 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻、小麦粉、パン粉、油、マカロニ、マヨネーズ、かしわ餅、(ホットケーキミックス)	わかめ、えび、ツナ、牛乳、いりこ	人参、とうもろこし、バナナ、(ほうれん草)	600	23.2	14.1	1.3
5月7日	ツナとトマトのスパゲティ 切り干し大根と豆のサラダ バナナ	味噌焼きおにぎり いりこ	スパゲティ、大豆、胡麻、砂糖、ごま油、米	ツナ、切り干し大根、ハム、味噌、いりこ	トマト、玉ねぎ、万能ねぎ、にんにく、枝豆、胡瓜、バナナ	539	20.4	4.3	1.7
5月8日	麦ごはん 鶏肉ときのこの炒め物 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁	きな粉蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻、蒸しパンミックス、きな粉	鶏肉、油揚げ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、チンゲン菜、大根	415	18.8	13.9	1.6
5月11日	麦ごはん チンジャオロースー 紅白煮 春雨スープ	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、片栗粉、ごま油、じゃが芋、砂糖、春雨、コーンフレーク、マシュマロ、バター	豚肉、ツナ、牛乳、いりこ	たけのこ、パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、人参、小松菜、椎茸	591	22.2	16.8	2.1
5月12日	豚卵天丼 ブロッコリーの納豆和え バナナ	焼きそば いりこ	米、麦、揚げ玉、中華麺、油	豚ひき肉、鶏卵、海苔、納豆、鶏ひき肉、いりこ	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、バナナ、キャベツ	549	21.9	14.4	1.5
5月13日	麦ごはん 鯖の味噌煮 ひじきの炒め煮 澄まし汁	プリン いりこ	米、麦、砂糖、大豆、ごま油、麩、バニラエッセンス、バター	鯖、味噌、ひじき、油揚げ、しらす、鰹粉、鶏卵、牛乳、いりこ	生姜、人参、さやいんげん、えのきたけ、チンゲン菜	487	24.5	17.2	2
5月14日	麦ごはん ニラハンバーグ 和風サラダ 味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、ホットケーキミックス	豚ひき肉、鶏卵、かまぼこ、味噌、鰹粉、豆腐、牛乳、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、キャベツ、とうもろこし、なす、ねぎ	605	23.9	21.2	2.1
5月15日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜の海苔和え 味噌汁	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、コッペパン、いちごジャム	鶏肉、海苔、味噌、鰹粉、クリームチーズ、牛乳、いりこ	生姜、小松菜、人参、玉ねぎ	623	24.5	21.1	2.1
5月18日	ハヤシライス アスパラのソテー グレープフルーツ	水羊羹 いりこ	米、麦、じゃが芋、バター、ハヤシルウ、小豆	牛肉、ベーコン、寒天、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、アスパラガス、とうもろこし、グレープフルーツ	445	18.8	9.4	1.9
5月19日	麦ごはん きのこハンバーグ ナムル風煮びたし 味噌汁	ココアスコーン いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、ごま油、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、バター	豚ひき肉、鶏卵、油揚げ、わかめ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、えのきたけ、椎茸、ほうれん草、もやし、人参、キャベツ	561	21	17.6	1.6
5月20日	麦ごはん かつおの竜田揚げ 高野豆腐の煮物 味噌汁	ピザトースト 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、油、砂糖、食パン	鯉、鶏卵、高野豆腐、味噌、鰹粉、ウインナー、チーズ、牛乳、いりこ	生姜、人参、椎茸、みつば、南瓜、玉ねぎ、ピーマン	638	33.7	22.1	2.6
5月21日	焼うどん 豆まめサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	うどん、油、大豆、マヨネーズ、米	豚肉、鰹節、魚肉ソーセージ、鶏ひき肉、油揚げ、いりこ	人参、キャベツ、もやし、枝豆、とうもろこし、バナナ、椎茸、みつば	510	19.9	12.9	1.6
5月22日	麦ごはん 鶏の変わり焼き キャベツとごぼうのサラダ 味噌汁	ブルーホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン粉、胡麻、砂糖、ごま油、ホットケーキミックス	鶏肉、しらす、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	パセリ、キャベツ、ごぼう、とうもろこし、白菜、しめじ、ブルー	589	23.1	20.6	1.7
5月25日	麦ごはん 炒り豆腐 シルバーサラダ 味噌汁	大学芋 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、春雨、マヨネーズ、麩、さつま芋、胡麻	豚ひき肉、豆腐、ハム、切り干し大根、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、椎茸、ほうれん草、胡瓜	618	18.7	22.4	2.2
5月26日	麦ごはん 酢豚 ブロッコリーのおかか和え わかめスープ	レーズン蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、片栗粉、胡麻、蒸しパンミックス	豚肉、鰹節、わかめ、牛乳、いりこ	ピーマン、人参、玉ねぎ、椎茸、パインアップル、ブロッコリー、ねぎ、レーズン	414	16.1	9.9	1.3
5月27日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 野菜の浅漬け 味噌汁	ガレット 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン粉、胡麻、さつま芋、じゃが芋、小麦粉、バター	鮭、味噌、鰹粉、鶏卵、チーズ、スキムミルク、牛乳、いりこ	キャベツ、人参、胡瓜、かぶ、小松菜、パセリ	553	25.6	16.1	1.7
5月28日	カレーライス ほうれん草の和え物 バナナ	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレールーウ、砂糖	鶏肉、わかめ、寒天、いりこ	人参、玉ねぎ、ほうれん草、えのきたけ、バナナ、オレンジ果汁、みかん	485	14.2	11.9	2.1
5月29日	ナポリタンスパゲティ ひじきサラダ グレープフルーツ	しらすおにぎり いりこ	スパゲティ、オリーブ油、大豆、マヨネーズ、米	ベーコン、ひじき、ツナ、しらす、チーズ、青のり、いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、とうもろこし、胡瓜、グレープフルーツ	566	19.3	15.8	1.8



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※()は、0,1,2歳の献立になります。





給食献立表

令和8年5月

エンゼルステーション保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
5月1日	わかめ粥	マカロニサラダ	バナナ	ほうれん草のケーキ	米、わかめ、胡麻、マカロニ、人参、とうもろこし、ツナ、バナナ、ホットケーキミックス、ほうれん草
5月7日	ツナとトマトのスパゲティ	切り干し大根と豆のサラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	スパゲティ、トマト、玉ねぎ、ねぎ、ケチャップ、切り干し大根、大豆、枝豆、胡瓜、胡麻、バナナ、赤ちゃんせんべい
5月8日	おかゆ	ささみときのこの煮物・チンゲン菜の胡麻和え	味噌汁	きな粉蒸しパン	米、鶏ささみ、人参、玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、チンゲン菜、胡麻、大根、油揚げ、蒸しパンミックス、きな粉
5月11日	おかゆ	ひき肉とピーマンのあんかけ・紅白煮	春雨スープ	コーンフレーク	米、鶏ひき肉、パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、片栗粉、じゃが芋、人参、ツナ、春雨、小松菜、椎茸、コーンフレーク、粉ミルク
5月12日	そぼろ粥	ブロッコリーの納豆和え	バナナ	赤ちゃんビスケット	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、海苔、ブロッコリー、納豆、バナナ、赤ちゃんビスケット
5月13日	おかゆ	鮭の味噌煮・ひじきの煮物	澄まし汁	ベビーダノン	米、鮭、ひじき、大豆、人参、油揚げ、さやいんげん、しらす、鮓、えのきたけ、チンゲン菜、ベビーダノン
5月14日	おかゆ	ニラハンバーグ・キャベツサラダ	味噌汁	豆腐ホットケーキ	米、鶏ひき肉、ニラ、玉ねぎ、人参、片栗粉、キャベツ、人参、とうもろこし、茄子、ねぎ、ホットケーキミックス、豆腐
5月15日	おかゆ	ささみの煮物・小松菜の海苔和え	味噌汁	パン	米、鶏ささみ、小松菜、人参、海苔、じゃが芋、玉ねぎ、コッペパン
5月18日	野菜粥	アスパラのソテー	オレンジ	水ようかん	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、グリーンピース、アスパラガス、とうもろこし、オレンジ、小豆、寒天
5月19日	おかゆ	きのこハンバーグ・ナムル風煮びたし	味噌汁	ホットケーキ	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、えのきたけ、椎茸、パン粉、ほうれん草、もやし、人参、油揚げ、キャベツ、わかめ、ホットケーキミックス
5月20日	おかゆ	かつおの煮付け・高野豆腐の煮物	味噌汁	パン	米、かつお、高野豆腐、人参、椎茸、みつば、南瓜、玉ねぎ、食パン
5月21日	煮込みうどん	豆サラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ささみ、人参、キャベツ、もやし、鰹節、大豆、枝豆、とうもろこし、バナナ、赤ちゃんせんべい
5月22日	おかゆ	ささみのパン粉焼き・キャベツとごぼうのサラダ	味噌汁	ブルーホットケーキ	米、鶏ささみ、パン粉、ケチャップ、パセリ、キャベツ、ごぼう、とうもろこし、しらす、胡麻、白梁、しめじ、ホットケーキミックス、ブルー
5月25日	おかゆ	炒り豆腐・シルバーサラダ	味噌汁	蒸かし芋	米、鶏ひき肉、豆腐、人参、玉ねぎ、椎茸、ほうれん草、春雨、胡瓜、切り干し大根、鮓、さつま芋
5月26日	おかゆ	野菜とささみのトマト煮・ブロッコリーのおかか和え	わかめスープ	レーズン蒸しパン	米、鶏ささみ、ピーマン、人参、玉ねぎ、椎茸、ケチャップ、片栗粉、ブロッコリー、鰹節、わかめ、ねぎ、胡麻、蒸しパンミックス、レーズン
5月27日	おかゆ	鮭のパン粉焼き・野菜の浅漬け	味噌汁	粉ふき芋	米、鮭、パン粉、キャベツ、人参、胡瓜、かぶ、胡麻、さつま芋、小松菜、じゃが芋、パセリ
5月28日	野菜粥	ほうれん草の和え物	バナナ	オレンジ寒天	米、鶏ささみ、じゃが芋、人参、玉ねぎ、ほうれん草、えのきたけ、わかめ、バナナ、オレンジ果汁、寒天、みかん
5月29日	ナポリタン スパゲティ	ひじきサラダ	オレンジ	赤ちゃんビスケット	スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、ケチャップ、ひじき、ツナ、大豆、とうもろこし、胡瓜、オレンジ、赤ちゃんビスケット

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。
 エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。



給食献立表

卵除去食



令和8年5月

エンゼルステーション保育園

日付	献立名	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
5月1日	わかめご飯 エビフライ マカロニサラダ バナナ	かしわもち(ほうれん草のケーキ) 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻、小麦粉、パン粉、油、マカロニ、マヨドレ、かしわ餅、(ホットケーキミックス)	えび、ツナ、牛乳、いりこ	人参、とうもろこし、バナナ、(ほうれん草)	600	23.2	14.1	1.3
5月7日	ツナとトマトのスパゲティ 切り干し大根と豆のサラダ バナナ	味噌焼きおにぎり いりこ	スパゲティ、大豆、胡麻、砂糖、ごま油、米	ツナ、切り干し大根、味噌、いりこ	トマト、玉ねぎ、万能ねぎ、にんにく、枝豆、胡瓜、バナナ	539	20.4	4.3	1.7
5月8日	麦ごはん 鶏肉ときのこの炒め物 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁	きな粉蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻、蒸しパンミックス、きな粉	鶏肉、油揚げ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	人参、えのきたけ、しめじ、チンゲン菜、大根	415	18.8	13.9	1.6
5月11日	麦ごはん チンジャオロースー 紅白煮 春雨スープ	コーンフ레이크ケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、片栗粉、ごま油、じゃが芋、砂糖、春雨、コーンフ레이크、マシュマロ、バター	豚肉、ツナ、牛乳、いりこ	たけのこ、パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、人参、小松菜、椎茸	591	22.2	16.8	2.1
5月12日	豚天丼 フロッコリーの納豆和え バナナ	焼きそば いりこ	米、麦、揚げ玉、中華麺、油	豚ひき肉、海苔、納豆、鶏ひき肉、いりこ	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、バナナ、キャベツ	549	21.9	14.4	1.5
5月13日	麦ごはん 鯖の味噌煮 ひじきの炒め煮 澄まし汁	フルーツゼリー いりこ	米、麦、砂糖、大豆、ごま油、麩、フルーツゼリー	鯖、味噌、ひじき、油揚げ、しらす、鰹粉、いりこ	生姜、人参、さやいんげん、えのきたけ、チンゲン菜	487	24.5	17.2	2
5月14日	麦ごはん こらハンバーグ 和風サラダ 味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、ホットケーキミックス、フルーツゼリー	豚ひき肉、かまぼこ、味噌、鰹粉、豆腐、牛乳、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、キャベツ、とうもろこし、なす、ねぎ	605	23.9	21.2	2.1
5月15日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜の海苔和え 味噌汁	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、コッパン、いちごジャム	鶏肉、海苔、味噌、鰹粉、クリームチーズ、牛乳、いりこ	生姜、小松菜、人参、玉ねぎ	623	24.5	21.1	2.1
5月18日	ハヤシライス アスパラのソテー グレープフルーツ	水羊羹 いりこ	米、麦、じゃが芋、バター、ハヤシルフ、小豆	牛肉、ツナ、寒天、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、アスパラガス、とうもろこし、グレープフルーツ	445	18.8	9.4	1.9
5月19日	麦ごはん きのこハンバーグ ナムル風煮ひたし 味噌汁	ココアスコーン いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、ごま油、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、バター	豚ひき肉、油揚げ、わかめ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、えのきたけ、椎茸、ほうれん草、もやし、人参、キャベツ	561	21	17.6	1.6
5月20日	麦ごはん かつおの竜田揚げ 高野豆腐の煮物 味噌汁	ピザトースト 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、油、砂糖、食パン	鰹、高野豆腐、味噌、鰹粉、ウインナー、チーズ、牛乳、いりこ	生姜、人参、椎茸、みつば、南瓜、玉ねぎ、ピーマン	638	33.7	22.1	2.6
5月21日	焼うどん 豆まめサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	うどん、油、大豆、マヨドレ、米	豚肉、鰹節、ソーセージ、鶏ひき肉、油揚げ、いりこ	人参、キャベツ、もやし、枝豆、とうもろこし、バナナ、椎茸、みつば	510	19.9	12.9	1.6
5月22日	麦ごはん 鶏の変わり焼き キャベツとごぼうのサラダ 味噌汁	ブルーホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、パン粉、胡麻、砂糖、ごま油、ホットケーキミックス	鶏肉、しらす、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	パセリ、キャベツ、ごぼう、とうもろこし、白菜、しめじ、ブルー	589	23.1	20.6	1.7
5月25日	麦ごはん 炒り豆腐 シルバーサラダ 味噌汁	大学芋 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、春雨、マヨドレ、麩、さつま芋、胡麻	豚ひき肉、豆腐、ツナ、切り干し大根、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、椎茸、ほうれん草、胡瓜	618	18.7	22.4	2.2
5月26日	麦ごはん 酢豚 フロッコリーのおかか和え わかめスープ	レーズン蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、片栗粉、胡麻、蒸しパンミックス	豚肉、鰹節、わかめ、牛乳、いりこ	ピーマン、人参、玉ねぎ、椎茸、パインアップル、ブロッコリー、ねぎ、レーズン	414	16.1	9.9	1.3
5月27日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 野菜の浅漬け 味噌汁	ガレット 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、パン粉、胡麻、さつま芋、じゃが芋、小麦粉、バター	鮭、味噌、鰹粉、チーズ、スキムミルク、牛乳、いりこ	キャベツ、人参、胡瓜、かぶ、小松菜、パセリ	553	25.6	16.1	1.7
5月28日	カレーライス ほうれん草の和え物 バナナ	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレー、砂糖	鶏肉、わかめ、寒天、いりこ	人参、玉ねぎ、ほうれん草、えのきたけ、バナナ、オレンジジュース、みかん	485	14.2	11.9	2.1
5月29日	ナポリタンスパゲティ ひじきサラダ グレープフルーツ	しらすおにぎり いりこ	スパゲティ、オリーブ油、大豆、マヨドレ、米	ツナ、ひじき、ツナ、しらす、チーズ、青のり、いりこ	玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、とうもろこし、胡瓜、グレープフルーツ	566	19.3	15.8	1.8



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※赤字は普通メニューと変更になっています。
※マヨネーズはマヨドレに変更しています。

