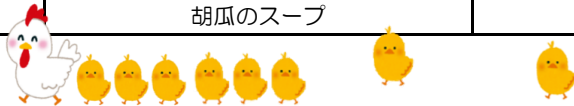


2026年 5月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
後期				1 全粥 魚と人参の炒め煮 キャベツスープ	2 全粥 豆腐と野菜のココロコ煮 じゃがいもの味噌汁
				ツナ粥 鶏肉の照焼 しめじの味噌汁	全粥 ツナと野菜の炒め煮 コーンスープ
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 全粥 魚とブロッコリーのココロコ煮 大根の味噌汁 全粥 鶏肉とキャベツの炒め煮 キノコのすまし汁	8 全粥 豚肉の生姜焼き キャベツとかぼちゃのすまし汁 全粥 豆腐とキャベツの煮込み かぼちゃスティック	9 全粥 魚と小松菜の炒め煮 胡瓜スティック 煮りんご 全粥 鶏肉と小松菜の炒め さつま芋マッシュ
11 シラス粥 白和え 白菜の味噌汁 全粥 青菜の納豆和え 野菜の味噌汁	12 全粥 魚と野菜のあんかけ アーサ汁 全粥 豆腐ソテー 白菜のみそ汁	13 全粥 ササミと野菜の炒め煮 スライスバナナ 全粥 豚肉の野菜炒め 豆腐の味噌汁	14 ツナ粥 鶏ひき肉と豆腐の煮物 もやしと人参のすまし汁 ひじき粥 野菜の卵とじ とろろ昆布汁	15 全粥 鮭のムニエル 人参のスープ 全粥 豆腐チャンプルー さつまいもスティック	16 全粥 ひとロサーモンポテト 野菜のスープ 全粥 豚肉と野菜煮 麩の味噌汁
18 トマト粥 豆腐とじゃがいもの挽肉あんかけ キャベツスープ 全粥 豆腐ハンバーグ 野菜スープ	19 全粥 白身魚のみそ焼き 人参のすまし汁 全粥 ごぼう粥 鶏肉と野菜のスープ煮 オニオンスープ	20 そぼろ粥 豆腐のソテー ナムル風 全粥 ササミと野菜の炒め煮 豆腐の味噌汁	21 おべんとう  全粥 魚の照り焼き マッシュポテト	22 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト 全粥 豆腐と野菜の炒め煮 胡瓜のツナ和え	23 鶏肉と人参のお粥 キャベツスープ煮 ほぐしオレンジ 全粥 豆腐と野菜の炒め しめじのすまし汁
25 納豆粥 豆腐と人参のあんかけ じゃがいもの味噌汁 全粥 豚肉と人参の炒め煮 アーサ汁	26 全粥 白身魚のミルク煮 しめじと玉葱の味噌汁 全粥 肉じゃが風煮 クリームコーンスープ	27 全粥 ササミのクリーム煮 アーサと人参のすまし汁 ほうれん草粥 鶏肉と野菜のスープ煮 胡瓜のスープ	28 鮭粥 魚の西京焼き チンゲン菜と人参のスープ 全粥 豆腐の野菜あんかけ そうめん汁	29 全粥 鶏肉と野菜のスープ煮 じゃが芋と人参のスティック 全粥 豆腐のソテー 野菜スープ	30 さかなそぼろ粥 キャベツのスープ バナナ 全粥 鶏の照り煮 人参と玉葱の味噌汁
	9～11ヵ月頃の離乳食  この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を上の歯茎と下の歯茎でつぶして食べることを練習します。かたくて小さい食べ物だと、丸のみする習慣がついてしまいますので、注意が必要です！ 離乳食の回数が2回/日から3回/日に移行する時期でもあります。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう！！				

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	金	ホキ ㊦缶 鶏㊦肉 みそ	全粥 みりん 三温糖	人参 キャベツ しめじ
2	土	絹ごし豆腐 みそ ㊦缶	全粥 油 じゃがいも おつゆ麴	ピーマン コーン缶詰 人参
3	日			
4	月			
5	火			
6	水			
7	木	鮭 鶏㊦肉		ブロッコリー 大根 玉葱 キャベツ しめじ ねぎ
8	金	豚肩ロース 絹ごし豆腐	全粥 みりん	生姜 キャベツ かぼちゃ みつば
9	土	ホキ 鶏㊦肉	全粥 上白糖 さつま芋	小松菜 胡瓜 りんご
10	日			
11	月	シラス 沖縄豆腐 みそ 挽きわり納豆	全粥	ホウレン草 人参 白菜 ねぎ
12	火	ホキ 沖縄豆腐 みそ	全粥 片栗粉	白菜 ブロッコリー ｱｰﾏ(乾)
13	水	㊦ﾐ 豚ロース 絹ごし豆腐 みそ	全粥 片栗粉	人参 キャベツ パナナ 生しいたけ
14	木	㊦缶 鶏挽肉 木綿豆腐 卵	全粥 植物油	玉葱 もやし 人参 干しひじき 玉葱 とろろ昆布
15	金	鮭 絹ごし豆腐	全粥 薄力粉 有塩バター 油 さつまいも	人参 キャベツ しめじ
16	土	鮭 豚ロース みそ	全粥 じゃがいも 片栗粉 おつゆ麴	人参 玉葱 ねぎ
17	日			
18	月	絹ごし豆腐 合挽肉	全粥 じゃがいも 片栗粉	ﾄﾏﾄ ｷﾔﾍﾞﾂ 玉葱 パセリ
19	火	ホキ みそ 鶏㊦肉	全粥 本みりん	人参 ごぼう さやいんげん 玉葱
20	水	沖縄豆腐 ㊦ﾐ みそ	全粥 三温糖 みりん 白炒りゴマ	人参 胡瓜 みつば もやし
21	木	赤魚 普通牛乳	全粥 本みりん じゃがいも	オレンジ
22	金	沖縄豆腐 ㊦缶 固形ｺｰｸﾞﾙﾄ 絹ごし豆腐	沖縄そば 三温糖	玉葱 ねぎ 胡瓜 ホウレン草 人参
23	土	鶏㊦肉 ㊦缶 沖縄豆腐	全粥 片栗粉	人参 キャベツ しめじ オレンジ
24	日			
25	月	挽きわり納豆 絹ごし豆腐 みそ 豚㊦肉	全粥 じゃがいも	人参 ｱｰﾏ(乾)
26	火	ホキ 普通牛乳 みそ 豚肩ロース	全粥 じゃがいも	しめじ 玉葱 人参 ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 パセリ
27	水	㊦ﾐ 鶏㊦肉	全粥 本みりん	パセリ ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 ｱｰﾏ(乾) 人参 ホウレン草 胡瓜
28	木	鮭 みそ 絹ごし豆腐	全粥 三温糖 片栗粉 そうめん(乾)	生姜 チンゲンサイ 人参
29	金	鶏㊦肉 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも 片栗粉 油	ブロッコリー しめじ 玉葱 人参
30	土	鯖 鶏㊦肉 みそ	全粥 三温糖	人参 ピーマン キャベツ パナナ 玉葱
31	日			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。