

2026年 5月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
中期				1 全粥 魚と人参のコロコロ煮 キャベツスープ	2 全粥 豆腐と人参の炒め煮 スライスバナナ
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炒め煮 大根スープ	8 全粥 豆腐と野菜の炒め煮 かぼちゃの味噌汁	9 全粥 小松菜と魚の炒め煮 胡瓜のコロコロ煮
11 シラス粥 豆腐とほうれん草の炒め煮 人参のコロコロ煮	12 全粥 魚と白菜の炒め煮 ブロッコリーのスープ	13 全粥 ササミと人参の炒め煮 キャベツ煮	14 ツナ粥 魚と人参のコロコロ煮 玉葱スープ	15 全粥 豆腐と胡瓜のコロコロ煮 にんじん炒め煮	16 シラス粥 野菜の炒め煮 スライスバナナ
18 全粥 豆腐のコロコロ煮 トマトとジャガイモのコロコロ煮	19 全粥 魚のソテー 人参のコロコロ煮	20 全粥 ササミと胡瓜煮 人参のスープ	21 おべんとう 	22 全粥 豆腐と野菜のコロコロ煮 きゅうりのだし煮	23 全粥 魚と人参のコロコロ煮 キャベツの味噌汁
25 きなこ粥 豆腐のコロコロ煮 人参の炒め煮	26 全粥 魚のだし煮 マッシュポテト	27 全粥 ササミと野菜のクリーム煮 スライスバナナ	28 全粥 魚のソテー 大根のスープ	29 全粥 豆腐とブロッコリーのコロコロ煮 さつまいもマッシュ	30 全粥 魚と野菜煮 スライスバナナ
	7～8カ月の離乳食 この時期は、舌を上下に動かしてやわらかいかたまりを上顎におしつけてつぶしながら食べる練習をします。 離乳食の回数が2回/日になり、食べられる食材も増えていく時期となっています。 食べる量は、個人差があるので、お子さんのペースに合わせてあげましょう！！ 				

※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	全粥	人参 キヤベツ
2	土	絹ごし豆腐	全粥	人参 バナナ
3	日			
4	月			
5	火			
6	水			
7	木	鮭	全粥	ブロッコリー 大根
8	金	絹ごし豆腐 みそ	全粥	キャベツ 人参 南瓜
9	土	ホキ	全粥	小松菜 胡瓜
10	日			
11	月	シラス 絹ごし豆腐	全粥	れい草 人参
12	火	ホキ	全粥	白菜 ブロッコリー
13	水	サミ	全粥	人参 キヤベツ
14	木	サケ 赤魚	全粥	人参 玉葱
15	金	絹ごし豆腐	全粥	胡瓜 人参
16	土	シラス	全粥 じゃがいも	玉葱 ねぎ バナナ
17	日			
18	月	絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも	トマト
19	火	ホキ	全粥	人参
20	水	サミ	全粥	胡瓜 人参
21	木			
22	金	絹ごし豆腐	全粥	人参 玉葱 胡瓜
23	土	ホキ みそ	全粥	人参 キヤベツ
24	日			
25	月	きな粉 絹ごし豆腐	全粥	人参
26	火	ホキ	全粥	じゃがいも
27	水	サミ	全粥	人参 ホウレン草 パセリ ｸﾞｰﾝﾏｲﾄﾞﾍﾞﾅﾅ
28	木	鮭	全粥	大根
29	金	絹ごし豆腐	全粥 さつまいも	ブロッコリー
30	土	ホキ	全粥	玉葱 キヤベツ バナナ
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。