

2026年

5月

## 給食献立表

くりくま保育園

		給食	材料	うさぎ~ぞう おやつ (材料)	ひよこ~りす おやつ (材料)
1	金	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 添え野菜 ポテトサラダ	白米 鶏肉 マーマレード 醤油 スナップエンドウ じゃが芋 人参 胡瓜 新玉葱 米酢 塩 コショウ 砂糖 オリーブ油	牛乳 手作りクッキー (薄力粉 砂糖 バター) ミニゼリー	じゃがいももち (じゃが芋 片栗粉) 干しブルー
2	土	ごはん 豚肉とキャベツの重ね蒸し ごぼうのかか煮	白米 豚肉 春キャベツ 新玉葱 生椎茸 土生姜 醤油 みりん ごぼう 花かつお 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 ベジタブルせんべい 玄米ほんぼー	さくっとあられ ベビースティック
7	木	21 ごはん 麻婆豆腐 千切り大根の甘酢漬け	白米 牛肉 豆腐 人参 新玉葱 青葱 にんにく 土生姜 砂糖 醤油 味噌 菜種油 千切り大根 砂糖 醤油 米酢	牛乳 プリン (卵 砂糖 牛乳) つぶせんべい	かぼちゃ団子 (かぼちゃ 上新粉) りんご
8	金	22 豆ごはん 鯖の木の芽焼き あおさのすまし汁	白米 うすいえんどう 昆布 塩 鯖 木の芽 白味噌 みりん あおさ 大根 人参 しめじ 青葱 油揚げ 醤油 削り節	牛乳 ブルーベリー蒸しパン (米粉 砂糖 BP 米酢 太白胡麻油 豆乳 ブルーベリージャム)	長芋のおやき (長芋 キャベツ 片栗粉 塩) 干しブルー
9	土	23 ごはん 鶏肉の甘酢あんかけ 白菜のゆかり和え	白米 鶏肉 人参 新玉葱 ビーマン 生椎茸 砂糖 塩 醤油 米酢 みりん 片栗粉 菜種油 白菜 ゆかり	牛乳 おとうふ屋さんのビスケット きらず揚げ	むらさき芋せんべい さくっとあられ
11	月	25 ごはん 厚揚げの梅照り炒め 中華胡瓜	白米 豚肉 人参 新玉葱 厚揚げ 春キャベツ アスパラ 梅干し 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 菜種油 胡瓜 砂糖 米酢 醤油 ごま油	牛乳 そらまめ 二色せんべい	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご
12	火	26 ごはん 肉じゃが 千草和え	白米 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 つきこん さやいんげん 砂糖 醤油 みりん 削り節 小松菜 えのき もやし 醤油	牛乳 チーズパン (薄力粉 砂糖 塩 バター ドライイースト チーズ)	かるかん (長芋 上新粉) 季節のみかん
13	水	27 ごはん かれないの若草揚げ シルバーサラダ	白米 かれない 抹茶 塩 薄力粉 菜種油 春雨 胡瓜 春キャベツ トマト 砂糖 塩 コショウ 米酢 オリーブ油	牛乳 季節のみかん 恐竜クッキー	蒸し芋 (さつま芋) ベビースティック
14	木	28 ごはん タンドリーチキン バスブキャサラダ	白米 鶏肉 ヨーグルト にんにく 土生姜 塩 コショウ カレー粉 かぼちゃ さつま芋 ブロッコリー キャベツ 砂糖 塩 コショウ 米酢	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ きな粉 砂糖) 干しブルー	大根団子 (大根 上新粉) 干しブルー
15	金	29 冷やしきつねうどん さつま芋のレモン煮	うどん 豚肉 油揚げ 人参 玉葱 胡瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん 削り節 さつま芋 レモン 砂糖	お茶 ゆかりおにぎり (白米 ゆかり) 返りちりめん	人参おにぎり (白米 人参 塩) むらさき芋せんべい
16	土	30 ごはん 牛肉の時雨煮 青のりポテト	白米 牛肉 蓮根 ごぼう 人参 絹さや 糸こんにゃく 土生姜 砂糖 醤油 みりん じゃが芋 青のり 塩	牛乳 桂川 花せんべい	さくっとあられ ベビースティック
18	月	ごはん 豚肉の生姜炒め 青菜の磯和え	白米 豚肉 新玉葱 しめじ 春キャベツ パプリカ 土生姜 塩 コショウ 醤油 みりん 菜種油 小松菜 もやし えのき 焼きのり 醤油	牛乳 焼き芋 干しブルー	りんご寒天 (りんご 寒天) 干しブルー
19	火	ごはん 蒸し鶏のごま味噌かけ 添え野菜 野菜の炊き合わせ	白米 鶏肉 白胡麻 砂糖 味噌 ごま油 春キャベツ もやし 厚揚げ かぼちゃ 人参 新玉葱 茄子 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 オニオンパン (薄力粉 砂糖 塩 DE バター 玉葱 とけるチーズ)	蒸しじゃが (じゃが芋) 季節のみかん
20	水	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 茄子のかか煮	白米 鮭 春キャベツ ビーマン えのき 三度豆 砂糖 塩 コショウ みりん バター 茄子 花かつお 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 豆腐団子 (豆腐 白玉粉 上新粉 砂糖 きな粉)	きんとん (さつま芋 長芋) むらさき芋せんべい

あっといふ間に5月がやってきました。5月の恒例メニューとなった「若草揚げ」は、春に芽吹くやわらかい草の色をイメージ料理です。くりくまでは衣に抹茶を加え、見た目も春らしい緑色に仕上げています。

また、日中は暑い日も増えてきます。汗をかく機会も多くなるため、こまめな水分補給を心がけ、体調管理にも気をつけていきましょう。