

令和8年5月 さくらの木保育園 献立表



・1,2歳児は午前中に牛乳を飲みます。

・材料等の都合で献立作が変更することがありますのでご了承ください。
詳しくはサンプルケースをご覧ください。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 (金)	中華ちまき 春巻き ほうれん草のナムル そうめんスープ オレンジ	・米 もち米 生姜 筍 鶏肉 しょうゆ 三温糖 塩 胡麻油 チーズ 海苔 きゅうり 人参 ・豚肉 玉葱 人参 ピーマン 春雨 塩 しょうゆ 片栗粉 春巻きの皮 油 ・ほうれん草 もやし 人参 胡麻 塩 胡麻油 ・そうめん さやえんどう 人参 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・オレンジ	麦茶 鯉のぼりどら焼き 小麦粉 ココア 三温糖 ベーキングパウダー 小豆 生クリーム バター	エネルギー 551kcal たんぱく質 19.3g
2 (土) ・ 19 (火)	サンドイッチ コーンシチュー フレンチサラダ オレンジ	・■食パン バター ツナ缶 塩 ハム マヨネーズ きゅうり ・鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 クリームコーン缶 コーン缶 塩 牛乳 昆布だし 油 バター 小麦粉 パセリ ・キャベツ きゅうり みかん缶 オリーブ油 塩 酢 三温糖 ・オレンジ	牛乳 ふかし芋 さつま芋	エネルギー 560kcal たんぱく質 21.1g
7 ・ 21 (木)	肉うどん カリフラワーの フリッター トマト オレンジ	・うどん 豚肉 豆腐 玉葱 人参 長葱 油 味醂 しょうゆ ほうれん草 昆布鰹節 ・カリフラワー 塩 カレー粉 小麦粉 油 ・トマト ・オレンジ	牛乳 胡麻入りチーズスティック 小麦粉 強力粉 ベーキングパウダー 粉チーズ 三温糖 塩 胡麻 野菜ジュース	エネルギー 544kcal たんぱく質 20.2g
8 ・ 22 (金)	ごはん 揚げさわらの葱ソース 春キャベツの おかか和え 春野菜の豚汁 りんご	・米 ・鯖 塩 胡椒 酒 片栗粉 油 長葱 生姜 しょうゆ 酢 胡麻油 ・キャベツ 人参 ひじき 鰹節 しょうゆ 三温糖 ・豚肉 玉葱 アスパラ ごぼう じゃが芋 味噌 昆布鰹節 ・りんご	牛乳 手作りパン 強力粉 三温糖 塩 ドライイースト 牛乳 バター	エネルギー 572kcal たんぱく質 22.3g
9 ・ 23 (土)	ロールパン ささみのパン粉焼き キャベツと ツナのサラダ 牛乳 りんご	■ロールパン ・鶏肉 塩 小麦粉 パン粉 パセリ 油 ソース ・キャベツ ツナ缶 人参 きゅうり 油 酢 塩 三温糖 ・牛乳 ・りんご	麦茶 ヨーグルト ウエハース プルーン	エネルギー 509kcal たんぱく質 25.5g
11 ・ 25 (月)	たけのこごはん 鶏肉のおろしがけ 野菜の素揚げ 味噌汁 スイカ	・米 筍 しめじ 油揚げ しょうゆ 味醂 酒 ・鶏肉 三温糖 味醂 酒 にんにく 油 大根 レモン しょうゆ 鰹節 万能葱 ・れんこん 人参 いんげん 油 塩 ・豆腐 わかめ ほうれん草 玉葱 味噌 煮干 ・スイカ	牛乳 黒蜜バナナ バナナ きな粉 三温糖 塩 小豆 生クリーム	エネルギー 550kcal たんぱく質 21.8g
12 ・ 26 (火)	ぶどうパン 鮭のマヨネーズ焼き そら豆とひじきのサラダ かぼチャウダー オレンジ	■ぶどうパン ・鮭 塩 胡椒 トマト マヨネーズ パセリ ・そら豆 ひじき 人参 豆腐 コーン缶 しょうゆ 酢 油 塩 三温糖 ・南瓜 玉葱 クリームコーン缶 小麦粉 油 牛乳 パセリ 昆布 ・オレンジ	牛乳 ぎょうざの皮のマルゲリータ ぎょうざの皮 トマト缶 ケチャップ チーズ バジル	エネルギー 529kcal たんぱく質 22.0g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
13 (水)	グリーンピースごはん 新玉葱と 豚肉の生姜焼き こふき芋 ふき炒め煮 味噌汁 メロン	・米 グリンピース 塩 酒 昆布 ・豚肉 玉葱 油 生姜 しょうゆ 味醂 三温糖 人参 ・じゃが芋 塩 青のり ・ふき 三温糖 味醂 しょうゆ 鰹節 ・生揚げ 玉葱 小松菜 味噌 煮干 ・メロン	牛乳 スイートポテト さつまいも 三温糖 バター 卵 胡麻	エネルギー 588kcal たんぱく質 20.6g
14 ・ 28 (木)	あんかけ焼きそば トマトの中華風マリネ わかめスープ オレンジ	・蒸し中華麺 豚肉 人参 玉葱 白菜 もやし 筍 酒 塩 三温糖 胡麻油 しょうゆ 片栗粉 鰹節 小松菜 ・トマト きゅうり カリフラワー 酢 三温糖 しょうゆ 胡麻油 胡麻 ・わかめ もやし 長葱 塩 しょうゆ 胡麻油 昆布鰹節 ・オレンジ	麦茶 天むすおにぎり 米 鶏肉 酒 小麦粉 三温糖 油 しょうゆ 鰹節 青海苔	エネルギー 577kcal たんぱく質 22.3g
15 ・ 29 (金)	ごはん 鶏肉と春キャベツ 味噌炒め じゃが芋の煮物 五目汁 スイカ	・米 ・鶏肉 キャベツ 人参 玉葱 油 酒 しょうゆ 三温糖 味噌 ・じゃが芋 いんげん 三温糖 しょうゆ 鰹節 ・豆腐 ほうれん草 大根 里芋 ごぼう 長葱 油揚げ 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・スイカ	牛乳 ツナマヨパン 酵母パン ツナ缶 玉葱 マヨネーズ パセリ	エネルギー 544kcal たんぱく質 24.5g
16 ・ 30 (土)	スパゲティナポリタン ジャーマンポテト トマト キャベツスープ オレンジ	・スパゲティ 鶏肉 ウインナー 玉葱 人参 ピーマン にんにく オリーブ油 ケチャップ 塩 チーズ パセリ ・じゃが芋 ベーコン 玉葱 塩 胡椒 パセリ 油 ・トマト ・キャベツ コーン缶 チンゲン菜 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・オレンジ	牛乳 せんべい クラッカー	エネルギー 551kcal たんぱく質 18.0g
18 (月)	アスパラとひき肉の キーマカレー 温野菜サラダ ベーコンスープ スイカ 	・米 胚芽米 油 にんにく 生姜 豚肉 玉葱 じゃが芋 塩 ケチャップ ソース しょうゆ バター 小麦粉 カレー粉 トマト缶 チーズ ・南瓜 人参 ブロッコリー バター 塩 胡椒 ・白菜 ベーコン 小松菜 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・スイカ	牛乳 フルーツゴロゴロゼリー みかん缶 りんご缶 ゼラチン 寒天 三温糖	エネルギー 563kcal たんぱく質 19.7g
20 (水)	ごはん 肉じゃが 小松菜胡麻和え 味噌汁 メロン	・米 ・豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 油 しょうゆ 三温糖 酒 さやえんどう ・小松菜 胡麻 しょうゆ 三温糖 ・大根 わかめ 長葱 味噌 煮干 ・メロン	牛乳 かじきペロンチーノ スパゲティ カジキ パセリ 小麦粉 しょうゆ 塩 胡椒 にんにく オリーブ油	エネルギー 552kcal たんぱく質 23.4g
27 (水) 誕生会 	カラフルピラフ ポテトコロッケ マカロニサラダ すまし汁 スイカ	・米 鶏肉 玉葱 コーン缶 人参 洋風だし 油 グリーンピース しょうゆ カレー粉 塩 パセリ ・じゃが芋 豚肉 玉葱 塩 胡椒 小麦粉 パン粉 油 ソース ・マカロニ 人参 ブロッコリー ツナ缶 塩 マヨネーズ ・麩 三つ葉 豆腐 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・スイカ	カルピス メロンケーキ メロン クリームチーズ 生クリーム 三温糖 オレンジ ビスケット	エネルギー 578kcal たんぱく質 18.7g