

[5 月 献 立 表]

2026年 5月

川村幼稚園

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質
1 金	ごはん	○	銀ひらすのバターしょうゆ焼き 海藻入りサラダ(青じそドレ) 豆腐のすまし汁 柏もち	牛乳, ギンヒラス, わかめ, 海藻ミックス, 豆腐	精白米, 薄力粉, 油, バター, 青じそドレッシング, 柏もち	もやし, きゅうり, にんじん, だいこん, えのきたけ	447 kcal 19.9 g 12.7 g
7 木	ごはん	○	豚肉のねぎ塩焼き 高野豆腐と野菜の煮物 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	牛乳, 豚肉, 豆腐, 鶏肉, わかめ, 味噌	精白米, 油, 砂糖, じゃがいも	ねぎ, にんじん, しめじ, しょうが, さやいんげん, 玉葱	431 kcal 19.9 g 16.5 g
11 月	ごはん キーマカレー	○ 野菜ジュース	コーンサラダ(玉葱ドレ) 果物(パイナップル)	豚肉	精白米, 油, 香味玉葱ドレッシング	野菜ジュース(白ぶどう), 玉葱, にんにく, しょうが, にんじん, トマト, グリンピース, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, パイナップル	466 kcal 14.4 g 13.7 g
12 火	ピピンバ	○ こども麦茶	わかめスープ ヨーグルト風クレープ	豚肉, 鶏肉, 甜麺醤, 味噌, 卵, わかめ	精白米, 油, 砂糖, ごま油, ごま, ヨーグルト風クレープ	にんにく, しょうが, にんじん, もやし, こまつな, 干し椎茸, ねぎ	426 kcal 14.3 g 16.0 g
13 水	米粉入りパン	○	鶏肉のマスタード焼き マカロニサラダ(イタリアンドレ) コンソメスープ	牛乳, 鶏肉, ベーコン	米粉入りパン, ノンエッグマヨネーズ, マカロニ, イタリアンドレッシング, 油, じゃがいも	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉葱, こまつな	420 kcal 16.7 g 21.2 g
14 木	ごはん	○	さば味噌煮 切干大根の炒め煮 吉野汁	牛乳, さば, 味噌, 油揚げ, 鶏肉	精白米, 油, 砂糖, こんにやく, 麩, 片栗粉	切干しだいこん, にんじん, さやいんげん, しょうが, しめじ, えのきたけ, ねぎ, ほうれんそう	442 kcal 20.2 g 16.0 g
15 金	きつねうどん	○	ししゃもフライ(中濃ソース) 大根サラダ(ごまドレ) あまなつゼリー	鶏肉, 油揚げ, 牛乳, ししゃもフライ	うどん, 砂糖, 油, 胡麻クリームドレッシング	しょうが, にんじん, 玉葱, ねぎ, こまつな, だいこん, きゅうり, キャベツ, あまなつゼリー	431 kcal 18.7 g 15.1 g
18 月	わかめご飯	○	肉豆腐 春雨サラダ(棒々鶏ドレ) いもようかん	わかめ, 牛乳, 豚肉, 豆腐	精白米, 油, しらたき, 砂糖, 春雨, 棒々鶏ドレッシング, いもようかん	玉葱, にんじん, こまつな, キャベツ, きゅうり	470 kcal 21.3 g 13.4 g
19 火	ミルクロール	○	ニョッキのクリームソース カラフルサラダ(イタリアンドレ) レタススープ	牛乳, ベーコン, 豆乳, 牛乳, ウィンナー	ミルクロール, ニョッキ, 油, ベシャメルソース, イタリアンドレッシング	にんにく, 玉葱, マッシュルーム, とうもろこし, キャベツ, 黄パプリカ, 赤パプリカ, きゅうり, にんじん, レタス	436 kcal 15.3 g 19.0 g
20 水	ごはん	○	鶏肉の塩麹焼き キャベツとこまつなのごま和え けんちん汁	牛乳, 鶏肉, 豆腐	精白米, ごま, 砂糖, ごま油, こんにやく, さといも	こまつな, キャベツ, もやし, にんじん, だいこん, ごぼう, 干し椎茸, ねぎ	423 kcal 20.8 g 14.0 g
21 木	セルフホットドッグ	○	フライドポテト(青のり) ミートボールスープ チョコプリン	ウィンナー, 牛乳, 青のり, チキンボール	コッペパン, フライドポテト, 油, じゃがいも, チョコプリン	トマト, キャベツ, にんじん, 玉葱, ほうれんそう	474 kcal 13.9 g 24.9 g
22 金	ごはん	○	豚肉のブルコギ風 ナムル(ナムルドレ) 春雨スープ	牛乳, 牛肉, 豚肉, 甜麺醤, ロースハム	精白米, 油, ごま油, 砂糖, ごま, 片栗粉, ナムルドレッシング, 春雨	玉葱, にんじん, キャベツ, にんにく, しょうが, もやし, きゅうり, たら	442 kcal 16.5 g 17.3 g
25 月	ごはん	○	鶏肉の西京焼き 大根ときゅうりのサラダ (和風ドレ) かきたま汁	牛乳, 鶏肉, 味噌, 卵	精白米, 砂糖, 油, 和風ドレッシング, 片栗粉	しょうが, だいこん, きゅうり, にんじん, 玉葱, 糸みつば	415 kcal 18.0 g 15.5 g
26 火	サンマー麺	○	春巻き 中華サラダ(塩中華ドレ) りんごゼリー	豚肉, 牛乳, 春巻き	中華めん, 油, 片栗粉, ごま油, 塩中華ドレッシング	にんにく, しょうが, にんじん, 玉葱, もやし, こまつな, キャベツ, きゅうり, りんごゼリー	457 kcal 17.7 g 15.1 g
28 木	ハヤシライス	○	チーズ入りサラダ (コーンクリームドレ) 果物(グレープフルーツ)	豚肉, 牛乳, チーズ	精白米, 油, じゃがいも, ハヤシルーム, コーンクリームドレッシング	玉葱, にんじん, トマト, マッシュルーム, キャベツ, きゅうり, グレープフルーツ	454 kcal 16.5 g 13.2 g
29 金	フレンチロール	○ ジュア	チリコンカン 彩りサラダ(フレンチ) 豆乳パンナコッタ (イチゴソース)	乳酸菌飲料, 豚肉, ベーコン, ひよこまめ, 大豆, 豆乳パンナコッタ	フレンチロール, 油, デミグラスソース, 米粉, フレンチドレッシング	にんにく, セロリ, 玉葱, にんじん, トマト, キャベツ, 赤パプリカ, きゅうり	440 kcal 21.2 g 14.6 g

5月5日はこどもの日

5月5日は、古くから「端午(たんご)の節句」の日として親しまれてきました。一方で、1948年には、すべての子どもの幸せを願い、同時にお母さんに感謝する「こどもの日」という祝日も、同じ5月5日に制定されました。現代では、この二つの行事の重なりから、男女を問わず、すべての子どもの健やかな成長を願って「端午の節句」ゆかりの行事食を楽しむ習慣が広く根付いています。

かしわ餅について

こどもの日には、「かしわ餅」を食べる習慣があります。柏(かしわ)の葉は、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないという特徴があります。このことから「子孫繁栄」や「長寿」を願う縁起物とされています。5月1日の会食は、こどもの日にちなんで「かしわ餅」を提供します。

