



令和8年 5月よていこんだてひょう

☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆



日野市立保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		I栄養	たんぱく質
1 金	【こどもの日献立】 カレーライス フルーツミックス クリームコーンスープ	米/じゃがいも/油/ バター/小麦粉/上白 糖/ココア	牛乳/豚肉/豆腐/ア ガー/生クリーム	玉ねぎ/人参/ホワイ トマッシュルーム/黄桃 缶/りんご缶/パイ 缶/コーン	牛乳 ココアゼリー 菓子 牛乳	I栄養 たんぱく質	682 kcal 20.6 g
2 土	チャーハン 青梗菜のスープ フルーツゼリー	米/油/じゃがいも/ 米粉ケーキ	豚肉	人参/ねぎ/コーン/ しいたけ/玉ねぎ/チ ンゲンサイ/フルーツ ゼリー	麦茶 米粉ケーキ 菓子 いちご豆乳	I栄養 たんぱく質	538 kcal 14.9 g
7 木	ビビンバ 白菜の韓国風サラダ わかめスープ	米/上白糖/ごま油/ ごま	豚肉/わかめ/豆腐/ 牛乳	コーン/人参/ほうれ んそう/白菜/りんご /玉ねぎ/フルーツゼ リー	牛乳 フルーツゼリー 菓子 飲むヨーグルト	I栄養 たんぱく質	534 kcal 19.5 g
8 金	ごはん 鮭の黄金焼き 海苔和え 玉ねぎのみそ汁	米/ノンエッグマヨネ ーズ/きび砂糖/油/さ といも/米めん	牛乳/鮭/チーズ/刻 みのり/みそ/ツナ/ わかめ	人参/ほうれんそう/ えのき茸/もやし/玉 ねぎ	牛乳 米めんのチャンプルー 牛乳	I栄養 たんぱく質	596 kcal 27.5 g
9 土	和風スパゲッティ ツナ和え ポテトコーンスープ	スパゲッティ/油/き び砂糖/じゃがいも	豚肉/わかめ/ツナ/ フルーツミックス豆乳	玉ねぎ/人参/ピーマ ン/キャベツ/コーン	フルーツ豆乳 菓子 麦茶・菓子	I栄養 たんぱく質	526 kcal 18.3 g
11 月	ガパオ風ライス たたき胡瓜 豆腐のスープ	米/ごま油/上白糖/ かたくり粉/米粉ケー キ	鶏肉/豆腐/牛乳	玉ねぎ/ピーマン/赤 ピーマン/にんにく/ きゅうり/コーン/チ ンゲンサイ	牛乳 米粉ケーキ 菓子 飲むヨーグルト	I栄養 たんぱく質	543 kcal 22.1 g
12 火	かつおのちらしずし ほうれん草のさっぱり和え かぼちゃのみそ汁	米/上白糖/きび砂糖 /小麦粉/バター/油	牛乳/かつお/油揚げ /みそ/プレーンヨー グルト/スキムミルク	しょうが/ごぼう/人 参/ほうれんそう/も やし/かぼちゃ/玉ね ぎ/りんご缶	牛乳 ヨーグルトポムポム 牛乳	I栄養 たんぱく質	552 kcal 24.9 g
13 水	中華丼 10野菜のごま酢サラダ オニオンコーンスープ	米/油/かたくり粉/ きび砂糖/ごま	豚肉/豆腐/牛乳	人参/玉ねぎ/にら/ キャベツ/しいたけ/ 大根/きゅうり/コー ン/国産かんきつ類 (1~3歳児クラスはみかん 缶)	牛乳 果物(国産かんきつ類) 菓子 麦茶・菓子	I栄養 たんぱく質	517 kcal 19.2 g
14 木	ごはん チーズハンバーグ トマトのサラダ かぶとベーコンのスープ	米/油/パン粉/上白 糖/さつまいも	牛乳/豚肉/豆腐/ス キムミルク/チーズ/ ベーコン	玉ねぎ/コーン/きゅ うり/さやいんげん/ トマト/かぶ/かぶ (葉)	牛乳 揚げ芋(さつまいも) 牛乳	I栄養 たんぱく質	622 kcal 20.1 g
15 金	ごまごはん 肉じゃが キャベツのみそ汁	米/ごま/じゃがいも /糸こんにゃく/油/ きび砂糖/小麦粉/上 白糖/バター/はちみつ	牛乳/豚肉/豆腐/み そ/スキムミルク	人参/玉ねぎ/キャベ ツ/レーズン	牛乳 レーズンホットケーキ 牛乳	I栄養 たんぱく質	626 kcal 20.1 g
16 土	ほうとう じゃがいもの甘煮 フルーツミックス	うどん/じゃがいも/ 油/きび砂糖/米粉 ケーキ	豚肉/みそ	人参/玉ねぎ/ねぎ/ しいたけ/かぼちゃ/ ほうれんそう/りんご 缶/黄桃缶	麦茶 米粉ケーキ 菓子 いちご豆乳	I栄養 たんぱく質	540 kcal 15.2 g
18 月	鶏五目ごはん 大根のゆかり和え 豆腐のみそ汁	米/油/きび砂糖	鶏肉/油揚げ/豆腐/ わかめ/みそ/牛乳	ごぼう/人参/しいた け/大根/ゆかり粉/ ねぎ/黄桃缶	牛乳 果物(黄桃) 菓子 飲むヨーグルト	I栄養 たんぱく質	510 kcal 19.6 g
19 火	【食育の日献立】 ごはん 鮭の照り焼き キャベツのごま和え じゃがいものみそ汁	米/油/ごま/上白糖 /じゃがいも/ビーフ ン	牛乳/鮭/みそ/豚肉	しょうが/キャベツ/ 人参/玉ねぎ/ピーマ ン/コーン/そらまめ (4・5歳児クラス)	牛乳 炒めビーフン そらまめ (4・5歳児クラスのみ) 牛乳	I栄養 たんぱく質	505 kcal 27.4 g
						脂 質	12.0 g
						食塩相当	1.9 g





令和8年 5月よていこんだてひょう

☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆



日野市立保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
20 水	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 もやしのみそ汁	米/きび砂糖/かたく り粉/油	生揚げ/豚肉/みそ/ 牛乳/かつお節/あお のり	たけのこ/人参/しい たけ/ねぎ/しょうが /もやし/キャバツ	牛乳 おかかおやき フルーツ豆乳	I栄養 - 609 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 19.7 g 食塩相当 2.0 g
21 木	チキンライス アスパラとポテトのソテー かぶのミルクスープ	米/油/じゃがいも/ 小麦粉/上白糖/パ ター	鶏肉/ベーコン/牛乳 /スキムミルク/豆腐	玉ねぎ/人参/トマト /アスパラガス/かぶ /かぶ(葉)	牛乳 豆腐ドーナツ 麦茶・菓子	I栄養 - 645 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 19.8 g 食塩相当 2.0 g
22 金	ごはん スコップコロケ 温野菜 青菜のスープ	米/じゃがいも/油/ パン粉/上白糖	牛乳/豚肉/豆腐/粉 寒天	玉ねぎ/コーン/パセ リ/キャバツ/人参/ 青菜/夏みかん缶/り んご缶/黄桃缶	牛乳 フルーツゼリー 菓子 牛乳	I栄養 - 507 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 12.4 g 食塩相当 1.5 g
23 土	そぼろまぜごはん 里羊の煮物 もやしのみそ汁	米/きび砂糖/油/さ といも	鶏肉/わかめ/みそ/ フルーツミックス豆乳	人参/コーン/玉ねぎ /もやし	フルーツ豆乳 菓子 麦茶・菓子	I栄養 - 500 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 7.4 g 食塩相当 1.8 g
25 月	ごはん 豆腐の五目炒め 大根のみそ汁	米/油/かたくり粉	豆腐/ツナ/油揚げ/ みそ/牛乳	人参/玉ねぎ/キャバ ツ/しいたけ/大根/ ほうれんそう/りんご 缶	牛乳 りんごのコンポート 菓子 飲むヨーグルト	I栄養 - 554 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 17.9 g 食塩相当 1.8 g
26 火	ごぼうのドライカレー 大根とコーンのサラダ もずくスープ	米/油/上白糖/パン /いちごジャム	牛乳/豚肉/もずく/ 豆腐	人参/玉ねぎ/ごぼう /ピーマン/レーズン /大根/きゅうり/ コーン/ねぎ	牛乳 ジャムトースト 牛乳	I栄養 - 556 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 13.2 g 食塩相当 2.0 g
27 水	コーンごはん 鮭と野菜の煮物 なめこ汁	米/油/きび砂糖/か たくり粉	牛乳/鮭/豆腐/みそ	コーン/大根/だいご ん(葉)/人参/ねぎ/ なめこ/国産かんきつ 類 (1~3歳児クラスはみかん 缶)	牛乳 果物(国産かんきつ類) 菓子 牛乳	I栄養 - 511 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 1.8 g
28 木	ジャージャー麺 いちご豆乳 ポテトスープ	中華めん/油/きび砂 糖/かたくり粉/じゃ がいも/米粉ケーキ	豚肉/みそ/豆腐/牛 乳	人参/玉ねぎ/もやし /しょうが/チンゲン サイ	牛乳 米粉ケーキ 菓子 フルーツ豆乳	I栄養 - 625 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 24.1 g 食塩相当 2.2 g
29 金	かまめし丼 白菜の酢醤油和え えのきのみそ汁	米/糸こんにゃく/き び砂糖/油/上白糖/ そうめん	牛乳/鶏肉/高野豆腐 /豆腐/みそ	人参/しいたけ/さや いんげん/白菜/ほう れんそう/ねぎ/えの き茸/きゅうり/トマト	牛乳 冷やしトマトそうめん 牛乳	I栄養 - 496 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 10.5 g 食塩相当 2.6 g
30 土	ソース焼きそば 青のりポテト 中華スープ	中華めん/油/じゃが いも/ごま油/米粉 ケーキ	豚肉/あおのり	玉ねぎ/人参/もやし /ピーマン/キャバツ /しいたけ/ねぎ/チ ンゲンサイ/コーン	麦茶 米粉ケーキ 菓子 麦茶・菓子	I栄養 - 514 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 14.4 g 食塩相当 2.4 g
月平均栄養価					エネルギー 554 kcal 脂 質 14.7 g	タンパク質 20.7 g 食塩相当量 2.0 g

日野産トマトをつかいます

地域で収穫したものを地域で消費することを「地産地消」といいます。子どもたちにとっては作物が育つ様子が身近な場所で見ることができ、旬の食材を味わうことができます。

14日(火):みなみだいら保育園、ひらやま保育園、あさひがおか保育園、おおくぼ保育園、しんさかした保育園

29日(金):あらい保育園、みさわ保育園、たかはた台保育園、もぐさ台保育園

の2日間に分けて日野市内で栽培された新鮮なトマトを使用します。

食育の日献立

食育の日献立は、毎月旬の食材を使った献立となっています。

【お昼】ごはん、鮭の照り焼き、キャバツのごま和え、じゃがいものみそ汁

【おやつ】炒めビーフン、そら豆

そら豆は、食育活動でさやむきを行ったものを、参加クラスの子どもたちに提供します。

こどもの日献立

5月5日はこどもの日で子どもたちの成長を願う「端午の節供」です。保育園では1日(金)に『こどもの日献立』として、子どもたちに人気のメニューを提供します。

【お昼】カレーライス、フルーツミックス、クリームコーンスープ

【おやつ】ココアゼリー、菓子

