

2026年 5月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食 ※初期は下線の食材		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
1 金	お粥 ほうれん草のだし醤油煮 みそ汁 (コーン、じゃが芋) 麦茶	お粥 ツナ人参やわらか煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 ほうれん草のだし醤油 みそ汁 (コーン、じゃが芋) 麦茶	軟飯 ツナ人参煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	ごはん ポークみそ焼き 青菜のサラダ (ツナ) スープ (切干大根、コーン) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 手作りゼリー (オレンジ) クラッカー 麦茶、牛乳	
2 土	くたくた豚玉うどん つぶし果物 (パイン缶) 麦茶	お粥 ほうれん草のミルク煮 みそ汁 (人参、麩) 麦茶	やわらか豚玉うどん きざみ果物 (パイン缶) 麦茶	軟飯 ほうれん草のミルク煮 みそ汁 (人参、麩) 麦茶	しょうゆラーメン チーズはんぺん 果物 (パイン缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳	
7 木	お粥 鮭のほぐし煮 みそ汁 (かぶ、人参) 麦茶	パン粥 (さつま芋入り) 玉ねぎといんげんのスープ 麦茶	軟飯 鮭のほぐし煮 みそ汁 (かぶ、人参) 麦茶	一口食パンさつま芋クリームサンド 玉ねぎといんげんのスープ 麦茶	ごはん 鮭の磯焼き 厚揚げとかぶの煮物 さつま汁 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ジャムサンド (イチゴ) 麦茶 牛乳	
8 金	お粥 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁 (キャベツ) 麦茶	お粥 じゃが芋マッシュ みそ汁 (スナップエンドウ、麩) 麦茶	軟飯 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁 (キャベツ) 麦茶	軟飯 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 (スナップエンドウ、麩) 麦茶	ごはん ヤンニョムチキン風 スナップエンドウとしめじの和え物 みそ汁 (キャベツ、人参) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳	
9 土	くたくた鶏トマトのスパゲティ (玉ねぎ) つぶし果物 (みかん缶) 麦茶	お粥 ピーマンと人参のやわらか煮 みそ汁 (じゃが芋) 麦茶	やわらか鶏トマトのスパゲティ (玉ねぎ) きざみ果物 (みかん缶) 麦茶	軟飯 ピーマンと人参の炒め煮 みそ汁 (じゃが芋) 麦茶	スパゲティナポリタン スープ (じゃが芋、しめじ) 果物 (みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
11 月	お粥 ほぐしささみと南瓜のクリーム煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 大根ののり風味煮 みそ汁 (人参、胡瓜) 麦茶	軟飯 ささみと南瓜のクリーム煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 大根ののり煮 みそ汁 (人参、胡瓜) 麦茶	ロールパン かぼちゃのシチュー 甘酢あえ (だいこん) 果物 (パインアップル) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 塩おにぎり 麦茶 牛乳	
12 火	お粥 ほぐし鱈と人参煮 みそ汁 (わかめ) 麦茶	お粥 キャベツのやわらか煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 鱈と人参煮 みそ汁 (わかめ) 麦茶	軟飯 キャベツの味噌炒め煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鱈のゆかり揚げ 春キャベツのサラダ 若竹汁 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 みそパン 麦茶 牛乳	
13 水	お粥 ブロッコリーのやわらか煮 みそ汁 (豆腐、茄子) 麦茶	お粥 里芋の鶏そぼろ煮 みそ汁 (人参) 麦茶	軟飯 ブロッコリーの煮物 みそ汁 (豆腐、茄子) 麦茶	軟飯 鶏と里芋の煮物 みそ汁 (人参) 麦茶	ごはん 鶏肉のレモン漬け焼き 野菜の煮物 みそ汁 (茄子、豆腐) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 わかめラーメン 麦茶 牛乳	
14 木	お粥 ほぐしカレー煮 みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	お粥 胡瓜とコーン煮 みそ汁 (大根) 麦茶	軟飯 煮魚 (カレー) みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 胡瓜とコーン煮 みそ汁 (大根) 麦茶	梅ごはん ホキのおろし煮 れんこんサラダ みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ボンデケーキ 麦茶 牛乳	
15 金	お粥 豚ひき肉とピーマンのやわらか煮 みそ汁 (白菜) 麦茶	お粥 人参のうす味煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め煮 みそ汁 (白菜) 麦茶	軟飯 人参のうす味煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	ごはん チャブチ風 みそ汁 (白菜、油あげ) 果物 (柑橘類) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 紅茶マフィン 麦茶 牛乳	
16 土	くたくた鶏野菜うどん (ささみ、小松菜、人参) つぶし果物 (もも缶) 麦茶	お粥 煮奴 みそ汁 (もやし、ネギ) 麦茶	やわらか鶏野菜うどん (ささみ、小松菜、人参) きざみ果物 (もも缶) 麦茶	軟飯 煮奴 みそ汁 (もやし、ネギ) 麦茶	けんちんうどん 小松菜の磯和え 果物 (もも缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	

2026年 5月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食		後期食		完了食 献立	おやつ	午前
	午前	午後	午前	午後			午後
18 月	お粥 茄子の豚そぼろ煮 みそ汁 (チンゲン菜、コーン) 麦茶	パン粥 コロコロ野菜スープ (胡瓜、人参、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 茄子の豚そぼろ煮 みそ汁 (チンゲン菜、コーン) 麦茶	一口食パン コロコロ野菜スープ (胡瓜、人参、玉ねぎ) 麦茶	麻婆茄子丼 切干サラダ スープ (コーン、チンゲン菜) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 メロンパン風トースト 麦茶 牛乳	
19 火	お粥 ほぐしカレーと胡瓜煮 みそ汁 (もやし) 麦茶	お粥 さつまいもマッシュ みそ汁 (わかめ、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 カレーと胡瓜煮 みそ汁 (もやし) 麦茶	軟飯 さつまいもスティック みそ汁 (わかめ、玉ねぎ) 麦茶	ごはん かれの煮物 さつまいもサラダ (レーズン) みそ汁 (もやし、ニラ) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 山菜おこわおにぎり 麦茶 牛乳	
20 水	お粥 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁 (アスパラガス) 麦茶	お粥 人参と玉ねぎのやわらか煮 みそ汁 (オクラ) 麦茶	軟飯 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁 (アスパラガス) 麦茶	軟飯 人参と玉ねぎの炒め煮 みそ汁 (オクラ) 麦茶	ごはん アスパラ入り豚肉の炒め煮 胡瓜とトマトのごま酢和え みそ汁 (大根、オクラ) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 たこ焼き風ポテト 麦茶 牛乳	
21 木	お粥 もやしの豚そぼろ煮 みそ汁 (ほうれん草) 麦茶	お粥 キャベツと胡瓜のやわらか煮 みそ汁 (人参) 麦茶	軟飯 もやしの豚そぼろ煮 みそ汁 (ほうれん草) 麦茶	軟飯 キャベツと胡瓜の炒め煮 みそ汁 (人参) 麦茶	【お誕生日会】 ごはん 豚のかりん揚げ キャベツのしらす和え みそ汁 (ほうれん草、油揚げ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 【お誕生日おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳	
22 金	お粥 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁 (キャベツ) 麦茶	お粥 じゃが芋マッシュ みそ汁 (スナップえんどう、麩) 麦茶	軟飯 人参の鶏そぼろ煮 みそ汁 (キャベツ) 麦茶	軟飯 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 (スナップえんどう、麩) 麦茶	ごはん ヤンニョムチキン風 スナップえんどうとしめじの和え物 みそ汁 (キャベツ、人参) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳	
23 土	くたくた鶏トマトのスパゲティ (玉ねぎ) つぶし果物 (みかん缶) 麦茶	お粥 ピーマンと人参のやわらか煮 みそ汁 (じゃが芋) 麦茶	やわらか鶏トマトのスパゲティ (玉ねぎ) きざみ果物 (みかん缶) 麦茶	軟飯 ピーマンと人参の炒め煮 みそ汁 (じゃが芋) 麦茶	スパゲティナポリタン スープ (じゃが芋、しめじ) 果物 (みかん缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
25 月	お粥 ほぐしささみと南瓜のクリーム煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	お粥 大根のり風味煮 みそ汁 (人参、胡瓜) 麦茶	軟飯 ささみと南瓜のクリーム煮 みそ汁 (玉ねぎ) 麦茶	軟飯 大根のり煮 みそ汁 (人参、胡瓜) 麦茶	ロールパン かぼちゃのシチュー 甘酢あえ (だいこん) 果物 (パインアップル) 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 塩おにぎり 麦茶 牛乳	
26 火	お粥 ほぐし鱈と人参煮 みそ汁 (わかめ) 麦茶	お粥 キャベツのやわらか煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 鱈と人参煮 みそ汁 (わかめ) 麦茶	軟飯 キャベツの味噌炒め煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	ごはん 鱈のゆかり揚げ 春キャベツのサラダ 若竹汁 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 みそパン 麦茶 牛乳	
27 水	お粥 ブロッコリーのやわらか煮 みそ汁 (豆腐、茄子) 麦茶	お粥 里芋の鶏そぼろ煮 みそ汁 (人参) 麦茶	軟飯 ブロッコリーの煮物 みそ汁 (豆腐、茄子) 麦茶	軟飯 鶏と里芋の煮物 みそ汁 (人参) 麦茶	ごはん 鶏肉のレモン漬け焼き 野菜の煮物 みそ汁 (茄子、豆腐) 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 わかめラーメン 麦茶 牛乳	
28 木	お粥 ほぐしカレー煮 みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	お粥 胡瓜とコーン煮 みそ汁 (大根) 麦茶	軟飯 煮魚 (カレー) みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 胡瓜とコーン煮 みそ汁 (大根) 麦茶	梅ごはん ホキのおろし煮 れんこんサラダ みそ汁 (小松菜、玉ねぎ) 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ボンデケーキ 麦茶 牛乳	
29 金	お粥 豚ひき肉とピーマンのやわらか煮 みそ汁 (白菜) 麦茶	お粥 人参のうす味煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	軟飯 豚ひき肉とピーマンの炒め煮 みそ汁 (白菜) 麦茶	軟飯 人参のうす味煮 みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ) 麦茶	ごはん チャプチェ風 みそ汁 (白菜、油あげ) 果物 (柑橘類) 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 紅茶マフィン 麦茶 牛乳	
30 土	くたくた鶏野菜うどん (ささみ、小松菜、人参) つぶし果物 (もも缶) 麦茶	お粥 煮奴 みそ汁 (もやし、ネギ) 麦茶	やわらか鶏野菜うどん (ささみ、小松菜、人参) きざみ果物 (もも缶) 麦茶	軟飯 煮奴 みそ汁 (もやし、ネギ) 麦茶	けんちんうどん 小松菜の磯和え 果物 (もも缶) 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。