



# 2026年度 5月予定献立表



幼保連携型認定こども園  
明石南こどもの城

※ナッツ類全般は使用していません(くるみ、ピーカンナッツ、カシューナッツ、ピーナッツ、アーモンド等)

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	金	せんべい ほうじ茶	ジャムコッペパン チーズオムレツ ツナソテー とうにゅう 豆乳スープ パイン	五平もち ほうじ茶	
2	土	ビスケット 牛乳	さんしょくどん 三色丼 ポタージュスープ バナナ	チーズドッグ 牛乳	ウエハース ほうじ茶
3	日		けんぽうきねんぴ 憲法記念日		
4	月		みどりの日		
5	火		こどものひ		
6	水		ふりかえきゅうじつ 振替休日		
7	木	せんべい ほうじ茶	こどもの日 メニュー  こいのぼりカレー  若竹汁 うさぎリンゴ	かぶとの包み揚げ 牛乳	ビスケット ほうじ茶
8	金	クラッカー 牛乳	しょく 食パン にくだんご 肉団子のシチュー わかめサラダ パイン	たけのこまぜごはん ほうじ茶	ポーロ ほうじ茶
9	土	せんべい 牛乳	みそ 味噌ラーメン パンプキンサラダ バナナ	カスタードケーキ 牛乳	
10	日				
11	月	せんべい 牛乳	ごはん かけい わふう 鰯の和風ムニエル ひじきの煮物 鶏汁 パイン	黒糖蒸しパン 牛乳	せんべい ほうじ茶
12	火	ビスケット ほうじ茶	ごはん ぶたにく ふう 豚肉のピザ風 マッシュポテト 春雨スープ バナナ	ワッフル アップルジュース	クラッカー ほうじ茶
13	水	クッキー ほうじ茶	ごはん こうやとうふ 高野豆腐のからあげ きりぼしだいこん すのもの あぶらあ 切干大根の酢の物 油揚げのすまし汁 キウイフルーツ	ポテトもち 牛乳	せんべい ほうじ茶
14	木	せんべい ほうじ茶	むぎ ごはん やさいい たまごや はる 麦ごはん 野菜入り玉子焼き 春キャベツのおひたし とうにゅう 豆乳汁 リンゴ	ビーフソテー ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
15	金	ウエハース ほうじ茶	レーズンパン たら こやき 鱈のパン粉焼 アスパラのサラダ ミネストローネ オレンジ	五目チャーハン 牛乳	せんべい ほうじ茶
16	土	ポーロ 牛乳	ちゅうかどん 中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんぱん 牛乳	
17	日				
18	月	せんべい ほうじ茶	ごはん ごもく とうふ 五目豆腐 じゃがいものみそ汁 オレンジ	きなこトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶
19	火	せんべい ほうじ茶	ごはん ぶり 鰯のごま照り焼き 炒り豆腐 ほうれん草のすまし汁 バナナ	モダン焼 ほうじ茶	ウエハース ほうじ茶
20	水	せんべい アップルジュース	ごはん とうふ にく 豆腐の肉みそグラタン わかめのブロッコリー和え 大根のすまし汁 キウイフルーツ	お麩ラスク 牛乳	せんべい ほうじ茶
21	木	クッキー 牛乳	ごはん あじ 鱈のちゃんちゃん焼き けんちん汁 バナナ	野菜チップス 牛乳	ビスケット ほうじ茶
22	金	クラッカー 牛乳	しょく 食パン にくだんご 肉団子のシチュー わかめサラダ パイン	たけのこまぜごはん ほうじ茶	ポーロ ほうじ茶
23	土	せんべい 牛乳	みそ 味噌ラーメン パンプキンサラダ バナナ	カスタードケーキ 牛乳	
24	日				
25	月	せんべい 牛乳	ごはん かけい わふう 鰯の和風ムニエル ひじきの煮物 鶏汁 パイン	黒糖蒸しパン 牛乳	せんべい ほうじ茶
26	火	ビスケット ほうじ茶	ごはん ぶたにく ふう 豚肉のピザ風 マッシュポテト 春雨スープ バナナ	ワッフル 牛乳	クラッカー ほうじ茶
27	水	ビスケット ほうじ茶	ツナトマトスパゲッティ ミルクスープ リンゴ	五平もち ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
28	木	せんべい 牛乳	むぎ ごはん やさいい たまごや はる 麦ごはん 野菜入り玉子焼き 春キャベツのおひたし とうにゅう 豆乳汁 リンゴ	ポテトもち 牛乳	クッキー ほうじ茶
29	金	ウエハース ほうじ茶	レーズンパン たら こやき 鱈のパン粉焼 アスパラのサラダ ミネストローネ オレンジ	五目チャーハン 牛乳	せんべい ほうじ茶
30	土	ポーロ ほうじ茶	ちゅうかどん 中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんぱん 牛乳	

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつはせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。

## ★今月の行事食★ 5/7(木) こどもの日メニュー



こどもの日は、こどもたちの人格を尊重し、幸福を願うとともに、お母さんにも感謝する日として制定された国民の祝日です。  
園では7日の祝日明けにこどもの日をお祝いします。  
昼食にはこいのぼりカレー、  
午後おやつには春巻きの皮で「かぶと」を折った中にあんことクリームチーズを入れて揚げたかぶとの包み揚げを提供します。



## 今月の平均栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	485kcal	19.0g	15.6g	1.3g
・3歳以上児	603kcal	24.1g	18.5g	1.5g