



# 5月給食献立



たがみ台保育園

令和8年4月30日発行

日	曜	献立名	副食材料名			未満児		3時のおやつ	エネルギー たんぱく質
			血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	主食	特別食		
2 19	土 火	肉じゃが キャベツのごま和え	豚肉、牛肉 ちくわ 牛乳	ごはん じゃがいも こんにゃく	人参、玉ねぎ、 キャベツ 豆苗	ごはん 	牛乳 白い風船	牛乳(2日) スキムミルク(19日) りんご ココナッツサブレ	306 kcal 14.2g
7 21	木	ミートスパゲッティ 豆乳スープ	鶏ひき肉 豚ひき肉 チーズ、豆乳	ごはん パスタ	人参、玉ねぎ、トマト キャベツ、えのき、 ブロッコリー ほうれん草	パン 	牛乳 ベジたべる	ほうじ茶 ★おにぎり たくあん	308 kcal 15.0g
8 22	金	七宝揚げ もやしと豆苗の和え物 新玉ねぎの味噌汁	すり身 チーズ みそ	ごはん 薄力粉	キャベツ、人参、大根 玉ねぎ、豆苗、コーン	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク ★ぶくれ菓子 もも缶	404 kcal 23.6g
9 20	土 水	鶏肉の中華照り焼き ビーフンとえ ねぎのスープ	鶏肉	ごはん ビーフン	人参、キャベツ 大根、玉ねぎ きゅうり、深ねぎ	ごはん 	牛乳 さやえんどう	牛乳(9日) スキムミルク(20日) バナナ おにぎりせんべい	357 kcal 14.6g
11 23	月 土	チンジャオロース たまごスープ	豚肉 たまご	ごはん	人参、玉ねぎ、キャベツ 大根、たけのこ 小松菜、ピーマン 赤ピーマン	ごはん 	牛乳 アスパラガス ビスケット	スキムミルク(11日) 牛乳(23日) オレンジ パウムクーヘン	340 kcal 18.8g
12 26	火	鮭のちゃんちゃん焼き チンゲン菜の和え物 人参の味噌汁	鮭 みそ	ごはん ロールパン マヨネーズ	キャベツ、人参 玉ねぎ、チンゲン菜	ごはん 	牛乳 さやえんどう	スキムミルク ★ホットドッグ パン缶	371 kcal 24.5g
13 27	水	トマトチキンカレー ごぼうのサラダ	鶏肉 たまご	ごはん じゃがいも マヨネーズ 薄力粉	人参、玉ねぎ、ごぼう キャベツ、トマト	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク ★抹茶の パウンドケーキ みかん缶	518 kcal 19.6g
14 28	木	ユーリンチー きゅうりのごま和え 中華スープ	鶏肉 ちくわ	ごはん はるさめ	人参、大根、キャベツ 白菜、きゅうり 深ねぎ、小松菜	ごはん 	牛乳 ベジたべる	スキムミルク バナナ オレオ	504 kcal 19.4g
15 29	金	魚の梅マヨ焼き アスパラガスのサラダ ほうれん草スープ	白身魚 みそ	ごはん マヨネーズ さつまいも 薄力粉	人参、アスパラガス ほうれん草、キャベツ コーン、梅	ごはん 	牛乳 プレーン ビスケット	スキムミルク ★さつま芋の天ぷら もも缶	442 kcal 21.7g
16 25	土 月	豚肉となすの さっぱり中華丼 かにかまサラダ	豚肉 たまご かにかま	ごはん マヨネーズ	なす、人参、玉ねぎ キャベツ、もやし	ごはん 	牛乳 白い風船	牛乳(16日) スキムミルク(25日) りんご ムーンライト	389 kcal 16.3g
18 月	月	鮭フライ イタリアンサラダ 洋風スープ	鮭、 たまご ハム ヨーグルト	ごはん じゃがいも 薄力粉 パン粉	レタス、トマト きゅうり、人参、コーン 大根、キャベツ 小松菜	ごはん 	牛乳 アスパラガス ビスケット	★ラッシー オレンジ プレーンビスケット	489 kcal 19.5g
30 土	土	<b>愛情弁当の日</b>	おかずの入ったお弁当の準備をお願いします。			牛乳 白い風船		牛乳 オレンジ 黒棒	

**お誕生会**  
1日(金)  
かぶと春巻き  
ナムル  
わかめスープ  
チャーハン  
こいのぼりクッキー  
みかん缶  
カルピス

こどもの日にたべる  
おもちはどこだ？

かしわもち      かがみもち

新年度を迎え、あっという間に1ヶ月が過ぎようとしています。

子どもたちは新しい環境に慣れてきて、少しずつ給食を食べる量も増えて、毎日嬉しく思っています。

5月は大型連休もあり、生活リズムが崩れがちですので、お休み中も「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて規則正しく過ごし、十分に休んで楽しみましょう！



# 5月の離乳食献立表

たがみ台保育園 ひよこ1くみ

令和8年4月30日発行

		後期食（9～11か月）	午後食
1	金	ささみのしっとり焼き 白菜サラダ 大根スープ 全粥	ミルク オレンジ
2 19	土 火	ささみのあんかけ丼 キャベツの和え物 全粥	ミルク りんご
7 21	木	具沢山煮込みうどん 人参サラダ 全粥	ミルク バナナ
8 22	金	白身魚の塩焼き もやしの和え物 玉ねぎの味噌汁 全粥	ミルク オレンジ
9 20	土 水	ささみの照り焼き風 野菜サラダ キャベツスープ 全粥	ミルク バナナ
11 23	月 土	ささみと豆腐のあんかけ丼 大根スープ 全粥	ミルク オレンジ
12 26	火	鮭の味噌煮 野菜サラダ じゃがいものスープ 全粥	ミルク りんご
13 27	水	トマトリゾット キャベツサラダ 全粥	ミルク オレンジ
14 28	木	ささみの塩焼き きゅうりの和え物 白菜スープ 全粥	ミルク バナナ
15 29	金	魚の味噌焼き 人参サラダ ほうれん草スープ 全粥	ミルク オレンジ
16 25	土 月	中華丼風 もやしサラダ 全粥	ミルク りんご
18	月	鮭の塩焼き トマトサラダ 野菜のポタージュ風 全粥	ミルク オレンジ
30	土	<b>愛情弁当</b> お弁当の準備をお願いします。	ミルク オレンジ

## ～好き嫌いへの対応～

離乳食も9～11カ月頃になると、赤ちゃんにも食べ物の好みが出てきます。特に、初めて口にするものや食べ慣れていないものはなかなか食べてくれません。食べない時は「調理方法を変える」「味付けを変える」などの工夫をして少しずつ与えてみましょう。

食事自体をどうしても食べない場合は、空腹でない場合もあります。だらだらと続けるのではなく、20分程度を目安に切り上げましょう。

