

## ① 令和 8 年度 5 月分 献立表詳細

日	5月1日(金)		5月7日(木)		5月8日(金)		5月11日(月)		5月12日(火)		5月13日(水)	
献立名	ご飯(彩のきずな) 牛乳 じゃがいもとわかめのみそ汁 かつおカツ たけのこのおかか炒め のりふりかけ 柏もち		バターライス 牛乳 スープカレー 枝豆とコーンのフリッター ツナチーズポテト		麦ご飯 牛乳 中華丼 しゅうまい2個 ナムル ナムルドレッシング		ご飯 牛乳 みそけんちん汁 鶏肉のごま照焼き ほうれん草の炒め物		食パン 牛乳 田舎風スープ ハムカツ 新玉葱と海藻の和風和え 玉ねぎドレッシング いちごジャム		ご飯 牛乳 新じゃがの煮物 いかの香味ソース オレンジ	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	75	米	75	米	68	米	75	食パン	50	米	75
			強化米	0.25	麦	7	強化米	0.25			強化米	0.25
	牛乳	206	バター	1.25	強化米	0.25			牛乳	206	牛乳	206
			コンソメ	0.42			牛乳	206				
	じゃがいも	50	塩	0.6			豚肉	25	鶏肉	20		
	わかめ	0.5	パセリ	0.13			さといも	20	シェルマカロニ	5	豚肉	25
	ねぎ	10	牛乳	206	豚肉	25	だいこん	20	だいこん	20	じゃがいも	75
	かつお厚削り	4	鶏肉	30	しょうが	0.6	にんじん	10	たまねぎ	15	にんじん	25
	白みそ	4	たまねぎ	25	米油	1	だいこん	15	にんじん	10	たまねぎ	30
	赤みそ	5	かぼちゃ	20	いか(短冊切り)	20	ごぼう	8	ねぎ	10	こんにゃく	20
	水	140	にんじん	12	なると	12	ねぎ	5	しめじ	5	さやいんげん	10
	出来上がり量	200	しめじ	10	たまねぎ	35	しいたけ	0.5	バター	0.5	さつまあげ	10
			さやいんげん	8	にんじん	20	生揚げ	15	コンソメ	1.5	濃口しょうゆ	9
	カツオカツ	40	にんにく	0.5	チンゲンサイ	12	煮干し	2	薄口しょうゆ	1	砂糖	3.7
	米油	4	しょうが	0.5	はくさい	45	混合厚削り	2	塩	0.5	みりん風調味料	1
			米油	1	たけのこ	10	赤みそ	4.5	こしょう	0.01	料理酒	1
豚肉	10	鶏ガラスープ	5	うずら卵	10	白みそ	4.5	白ワイン	0.5	和風だし	1	
たけのこ	15	ウスターソース	4.5	きくらげ	0.5	ごま油	0.5	米油	1	米油	1	
もやし	10	濃口しょうゆ	3	中華スープ	0.8	水	140	水	120	水	40	
にんじん	5	赤ワイン	0.5	オイスターソース	1	出来上がり量	200	出来上がり量	200	出来上がり量	205	
さやいんげん	3	トマト	10	薄口しょうゆ	3	鶏肉(A)	50					
米油	1	トマトケチャップ	4.5	塩	0.5	米油	0.5	ハムカツ	40	いか切身	40	
料理酒	1	カレールウ甘口	6	砂糖	0.25	ごま	1	米油	4	米油	0.4	
濃口しょうゆ	2.2	カレールウ中辛口	1.5	料理酒	1.2	砂糖	3			しょうが	0.4	
砂糖	1	こしょう	0.01	こしょう	0.01	濃口しょうゆ	4	海藻	0.6	にんにく	0.3	
かつお節	0.5	カレー粉	0.15	ごま油	1.2	みりん風調味料	1	たまねぎ	25	ねぎ	5	
出来上がり量	43	水	100	でん粉	4.5	和風だし	0.1	きゅうり	12	米油	0.4	
		出来上がり量	200	水	40	料理酒	1	にんじん	5	赤みそ	3	
のりふりかけ	2	枝豆とコーンのフリッター	20	出来上がり量	190	でん粉	0.5	出来上がり量	35	濃口しょうゆ	1	
		米油	2			水	6			みりん風調味料	2	
かしわもち	40	冷凍ダイスポテト	38	しゅうまい	36			たまねぎドレッシング	6.25	水	2.2	
		ツナフレーク	10			ほうれんそう	20					
		ダイスチーズ	3	こまつな	10	キャベツ	30			いちごジャム	15	
		たまねぎ	15	にんじん	5	しめじ	7					
		米油	1	だいこん	20	バラベーコン	5					
		塩	0.1	もやし	30	和風だし	0.1					
		こしょう	0.01	出来上がり量	33	濃口しょうゆ	1.7					
		ノンエッグマヨネーズ	4	ナムルドレッシング	4.2	こしょう	0.01					
		出来上がり量	60			米油	0.5					
						出来上がり量	35					

## ① 令和 8 年度 5 月分 献立表詳細

日	5月14日(木)		5月15日(金)		5月18日(月)		5月19日(火)		5月20日(水)		5月21日(木)	
献立名	中華麺 牛乳 みそラーメン チーズ蒸しパン おかひじきのサラダ ごまクリーミードレッシング		ご飯 牛乳 豚汁 ししゃも南蛮漬け5年～2本 かぶのそぼろ煮 青梅ゼリー		子どもパン 牛乳 もち玄米入りミルクスープ かぼちゃのチーズ焼き コーンサラダ フレンチドレッシング		ご飯(彩のきずな) 牛乳 葱ごまみそ汁 ハンバーグおろしソース 炒り豆腐		ご飯 牛乳 ワントンスープ ユーリンチー2個 バンサンスー 中華ドレッシング		ご飯 牛乳 沢煮椀 鯖の塩焼き 豚肉とごぼうの甘辛煮	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	中華麺	80	米 強化米	75 0.25	子供パン	50	米	75	米 強化米	75 0.25	米 強化米	75 0.25
	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	豚肉	25	豚肉	15	フランクフルト	5	ねぎ	15	豚肉	15	鶏肉	20
	もやし	25	じゃがいも	15	たまねぎ	35	だいこん	20	ワンタンの皮	6	にんじん	10
	にんじん	10	だいこん	15	にんじん	12	こまつな	10	白菜	20	だいこん	10
	ねぎ	10	にんじん	15	はくさい	20	ごぼう	10	にんじん	10	ねぎ	6
	にら	10	ごぼう	10	しめじ	5	にんじん	8	にら	5	たけのこ	5
	メンマ	10	もち玄米	5	パセリ	0.05	油揚げ	2	なると	10	こまつな	12
	しょうが	0.5	こんにゃく	10	コンソメ	1	混合厚削り	4	しいたけ	0.5	えのきたけ	5
	にんにく	0.2	ねぎ	8	コンソメ	1	白みそ	9	濃口しょうゆ	4	かつお厚削り	4
	しいたけ	0.5	煮干し	3	ホワイトルウ	5	みりん風調味料	1.5	中華スープ	0.65	料理酒	1
	米油	0.4	白みそ	9	塩	0.2	ごま	2	塩	0.15	薄口しょうゆ	3
	みそラーメンスープ	15	水	125	こしょう	0.01	水	140	塩	0.15	薄口しょうゆ	3
	白みそ	1.5	出来上がり量	200	白ワイン	0.5	出来上がり量	200	こしょう	0.01	塩	0.4
	中華スープ	1	ししゃもでん粉付き	20	牛乳	40	水	90	米油	0.7	水	160
	豚と鶏ガラスープ	8	米油	2	水	90	ハンバーグ(バラ凍)	60	ごま油	0.5	出来上がり量	200
	ごま油	0.3	濃口しょうゆ	5	でん粉	0.2	米油	0.6	水	140	塩さば	50
	こしょう	0.01	砂糖	4	出来上がり量	200	だいこんおろし	15	出来上がり量	200	米油	0.5
	七味唐辛子	0.01	穀物酢	5.2	かぼちゃ	65	濃口しょうゆ	2	鶏肉(A)	50	小麦粉	2
水	110	ごま油	0.3	たまねぎ	10	みりん風調味料	0.3	小麥粉	2	でん粉	8.5	
出来上がり量	220	ねぎ	3	バラベーコン	7	料理酒	0.3	米油	5	濃口しょうゆ	0.5	
蒸しパンミックス	20	にんにく	0.2	米油	0.5	豆腐	30	砂糖	2	濃口しょうゆ	2.5	
ダイスチーズ	5	しょうが	0.2	バター	0.7	鶏肉	10	濃口しょうゆ	2.5	しょうが	0.6	
水	13	ごま	1	コンソメ	0.1	ねぎ	6	穀物酢	2	ごぼう	10	
米油	0.5	かぶ	60	塩	0.2	にんじん	8	料理酒	0.5	ミニ絹揚げ	10	
エンボス手袋	1	かぶの葉	6	こしょう	0.01	さやいんげん	4	ねぎ	3	にんじん	6	
クッキングシート	1	鶏肉	10	ピザ用チーズ	10	しいたけ	0.2	にんにく	0.16	こんにゃく	10	
おかひじき	10	米油	0.5	アルミカップ	1	米油	0.5	しょうが	0.16	さやいんげん	8	
にんじん	15	砂糖	2	エンボス手袋	1	砂糖	1.5	ごま油	0.4	米油	1.5	
きゅうり	15	濃口しょうゆ	3	とうもろこし	15	料理酒	0.5	水	1.6	濃口しょうゆ	2.4	
出来上がり量	30	みりん風調味料	0.5	キャベツ	35	みりん風調味料	0.8	はるさめ	4.5	砂糖	1.2	
ごまクリーミードレッシング	6.25	料理酒	0.5	きゅうり	10	薄口しょうゆ	3	きゅうり	15	みりん風調味料	1.5	
		和風だし	0.1	出来上がり量	48	出来上がり量	55	にんじん	5	料理酒	1.5	
		でん粉	0.5	フレンチドレッシング	6.25			キャベツ	10	和風だし	0.3	
		水	7					ごま	0.5	ごま油	0.5	
		出来上がり量	50					出来上がり量	48	出来上がり量	50	
		青梅ゼリー	40					中華ドレッシング	6.25			

## ① 令和 8 年度 5 月分 献立表詳細

日	5月22日(金)		5月25日(月)		5月26日(火)		5月27日(水)		5月28日(木)		5月29日(金)	
献立名	麦ご飯 牛乳 ポークカレー そら豆3個 カラフルサラダ イタリアンドレッシング		ご飯 牛乳 みそキムチスープ 揚げ餃子2個 チンジャオロースー		コッペパン 人参のポタージュ チーズオムレツ マセドアンサラダ マヨネーズ 飲むヨーグルト		ご飯 牛乳 吉野煮 鰯の塩麴焼き 切干大根のソース炒め		地粉うどん 牛乳 ミートソース グリーンサラダ 和風ドレッシング		ご飯 牛乳 春雨スープ 酢豚 黄桃	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	68	米	75	コッペパン	60	米	75	地粉うどん	80	米	75
	麦	7	強化米	0.25			強化米	0.25			強化米	0.25
	強化米	0.25			にんじんペースト	30	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	牛乳	206	牛乳	206	たまねぎ	20			豚肉	45		
			鶏肉	15	パセリ	0.05	豆腐	50	しょうが	0.2	はるさめ	5
	豚肉	30	チンゲンサイ	10	牛乳	40	鶏肉	20	にんにく	0.2	豚肉	20
	じゃがいも	30	にんじん	8	ポタージュベース	13	さといも	35	たまねぎ	40	もやし	15
	たまねぎ	40	ねぎ	8	コンソメ	0.2	だいこん	25	にんじん	23	にんじん	15
	にんじん	25	にら	8	生クリーム	5	にんじん	20	米油	1.5	チンゲンサイ	15
	グリーンピース	3	きくらげ	0.3	バター	0.5	たまねぎ	25	バター	0.5	豆腐干絲	8
	脱脂粉乳	2	しょうが	0.5	塩	0.1	さやいんげん	5	小麦粉	2	しいたけ	0.5
	トマトケチャップ	2	豆腐	15	こしょう	0.01	米油	1	パセリ	0.1	でん粉	1.5
	ウスターソース	2	キムチ	8	水	95	砂糖	2.5	トマトケチャップ	20	濃口しょうゆ	3
	カレールウ甘口	12	白みそ	4	出来上がり量	195	薄口しょうゆ	8	トマト	50	中華スープ	0.6
	カレールウ中辛口	3	赤みそ	4	冷凍ダイスポテト	40	料理酒	1.5	デミグラスソース	8	豚と鶏ガラスープ	5
	カレー粉	0.05	中華スープ	0.5	きゅうり	15	でん粉	2	コンソメ	0.4	塩	0.3
	にんにく	0.3	鶏ガラスープ	5	にんじん	10	和風だし	0.2	こしょう	0.01	こしょう	0.01
	鶏レバー	2	水	120	出来上がり量	53	水	50	砂糖	2	米油	0.5
	米油	1	餃子	40	マヨネーズ	6	出来上がり量	190	塩	0.2	ごま油	0.5
水	90	米油	4	飲むヨーグルトマスカット	125	あじ塩麴漬け	50	赤ワイン	2	水	130	
出来上がり量	215					米油	0.5	水	10	出来上がり量	195	
そらまめ	15	豚肉	35					出来上がり量	175			
塩	0.8	料理酒	0.5			切干しだいこん	5			豚肉(c)	20	
ビニール袋	1	濃口しょうゆ	0.5			豚肉	10	キャベツ	35	でん粉	4	
		ピーマン	20			もやし	10	きゅうり	10	米油	2	
キャベツ	30	赤ピーマン	3			にんじん	5	もやし	15	にんじん	10	
きゅうり	15	たけのこ	10			中濃ソース	1	出来上がり量	30	たまねぎ	15	
赤ピーマン	7	しいたけ	0.5			ウスターソース	2.5			ピーマン	6	
黄ピーマン	7	米油	1			オイスターソース	1.2	和風ドレッシング	6.25	たけのこ	10	
出来上がり量	38	濃口しょうゆ	1.5			料理酒	1			米油	1	
		砂糖	1			塩	0.05			水	10	
イタリアンドレッシング	6.25	オイスターソース	2			こしょう	0.01			中華スープ	0.2	
		中華スープ	0.13			かつお節	0.5			砂糖	2	
		でん粉	1.2			米油	1			濃口しょうゆ	3	
		水	2.4			出来上がり量	50			トマトケチャップ	1	
		ごま油	0.5							穀物酢	1.3	
		出来上がり量	65							出来上がり量	63	
										黄桃シロップ漬け	50	