

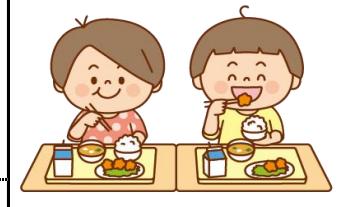
令和8年5月分の献立表

茨木市立保育所・認定こども園

保育所	1 (金) . 21 (木)	2. 16 (土)	7 (木)	8. 22 (金)	9. 23 (土)	11. 25 (月)	12. 26 (火)
認定こども園	1 (金) . 20 (水)	2. 16 (土)	7 (木)	8. 22 (金)	9. 23 (土)	11. 25 (月)	12. 26 (火)
午前おやつ	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●調整豆乳 90	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc
主食	▲精白米 (50)	▲精白米 (65)	▲精白米 (60)	▲精白米 (50)	▲ビーフン (45)	▲精白米 (50)	▲精白米 (50)
昼食	<b>▲ごはん 50</b> 鶏肉のマーメレード焼き ●鶏もも肉 60 ★たまねぎ 15 ★にんにく 0.2 白ワイン 1cc ▲マーメレードジャム 3 こいくち醤油 2.5cc みりん 1cc ▲キャノーラ油 3cc <b>コールスローサラダ</b> ★キャベツ 30 ★にんじん 8 ★きゅうり 20 米酢 2cc ▲なたね油 2cc 塩 0.2 <b>味噌汁</b> ★たまねぎ 20 ★しめじ 15 みそ 8 ●削り節 2.5 水 150	<b>豚丼</b> ▲精白米 65 ●豚もも肉 30 ★たまねぎ 40 ★にんじん 15 ▲しらたき 15 ★ねぎ 3 水 40 ▲砂糖 1 塩 0.2 うすくち醤油 2cc こいくち醤油 2cc みりん 1cc ●削り節 1 ▲キャノーラ油 3cc <b>★りんご(1/4個)</b>	<b>手作りツナカレー</b> ▲精白米 60 ●まぐろ缶 20 ★にんにく 0.1 ★しょうが 0.1 赤ワイン 1cc ▲じゃがいも 50 ★たまねぎ 50 ★にんじん 20 ●豆乳(調整) 20 ▲小麦粉 7 ▲バター 5 ▲キャノーラ油 2cc カレー粉 0.5 ケチャップ 4 ウスターソース 1.5cc トンカツソース 1.5cc こいくち醤油 0.5cc ●鶏がらスープ 45 塩 0.5 ▲チャツネ 2 水 15	<b>▲ごはん 50</b> 白身魚の煮付け(赤魚) ●赤魚 1切 こいくち醤油 3.5 ▲砂糖 2.5 みりん 2.5 水 30 ★しょうが 1.4 酒 1.2 ▲片栗粉 1 <b>うの花いため</b> ●おから 15 ★にんじん 10 ★ねぎ 2 ▲しらたき 5 ●竹輪 4 ★干しいたけ 0.4 ▲砂糖 1 こいくち醤油 1.3 水 15 ●削り節 0.8 ▲キャノーラ油 0.4cc	<b>焼きビーフン</b> ▲ビーフン 45 ●鶏もも肉 25 ★たまねぎ 30 ★にんじん 10 ★キャベツ 30 ★しいたけ 7 水 5 こいくち醤油 6cc 酒 1cc 塩 0.4 ▲キャノーラ油 1.5cc <b>★トマト 1/4個</b>	<b>▲ごはん 50</b> 鶏むね肉の南部焼き ●鶏むね皮なし(若鶏) 60 ▲白ごま 1 こいくち醤油 3 酒 1.2 ▲砂糖 1.2 ▲片栗粉 0.5 <b>ブロッコリーの土佐あえ</b> ★ブロッコリー 30 ★にんじん 10 ●削り節 1 ●糸切りかつお 0.5 うすくち醤油 1.2 ▲砂糖 1.2 水 2 <b>味噌汁</b> ★なす 30 ★えのきたけ 15 ★ねぎ 2 みそ 8 ●削り節 2.5 水 150	<b>▲ごはん 50</b> チキンチャップ ●鶏もも肉 55 ★たまねぎ 20 ★にんじん 10 ★ピーマン 10 ★しめじ 5 ケチャップ 5 ウスターソース 2 ▲キャノーラ油 1.5cc <b>マカロニサラダ</b> ▲マカロニ 5 ★キャベツ 20 ★きゅうり 15 ★にんじん 10 うすくち醤油 1.3cc 米酢 1.5cc ▲なたね油 1.5cc <b>もずくスープ</b> ★もずく 8 ★みつば 2 ●削り節 2.5 水 150 うすくち醤油 2cc 塩 0.2
3時のおやつ	●牛乳 140cc スティックパイ ▲冷凍パイ生地 30 ●グラニュー糖 2.5 ▲水 1	●牛乳200cc 1本 ▲カスタードロール 1.2個	▲ミルージュ125cc 1本 ▲国産みかんゼリー 1個 ▲星たべよ 1袋	●牛乳 140cc みたらしもちもち ▲じゃがいも 70 ▲片栗粉 10 ▲なたね油 1.2cc こいくち醤油 2cc ▲砂糖 3.5 みりん 2cc ▲片栗粉 1 水 10	●牛乳200cc 1本 ▲ミニ黒糖ツイスト 1個	●牛乳 140cc ▲ぶどうゼリー 1個 ▲木葉せんべい 2袋	●調整豆乳 140 焼きそば ●豚ばら肉 15 ★たまねぎ 10 ★キャベツ 20 ★にんじん 10 ★ピーマン 3 トンカツソース 10cc ▲キャノーラ油 1.5cc ▲中華そば(冷凍) 45
延長菓子	ベジタブルせんべい	こめ棒くん	もち麦せんべい	ベジタブルせんべい	こめ棒くん	星っこ	りんごスティック
栄養価	エネルギー621 蛋白質24.6 脂質30.2 炭水化物64.5 食塩2.2	エネルギー621 蛋白質20.9 脂質21.0 炭水化物91.8 食塩1.2	エネルギー574 蛋白質13.3 脂質12.6 炭水化物106.2 食塩1.8	エネルギー510 蛋白質27.5 脂質8.9 炭水化物83.9 食塩2.5	エネルギー589 蛋白質20.9 脂質21.5 炭水化物82.9 食塩1.8	エネルギー501 蛋白質29.2 脂質10.5 炭水化物77.7 食塩2.0	エネルギー553 蛋白質28.2 脂質17.1 炭水化物79.3 食塩1.9



5月28日(木)は  
茨木市産の  
きゅうりを使用予定です



保育所	13. 27 (水)	14. 28 (木)	15. 29 (金)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	30 (土)
認定こども園	13. 27 (水)	14. 28 (木)	15. 29 (金)	18 (月)	19 (火)	21 (木)	30 (土)
午前おやつ	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc	●牛乳 90cc
主食	▲精白米 (50)	▲食パン (10枚切) 1.5枚	▲精白米 (50)	▲精白米 (60)	▲精白米 (50)	▲精白米 (50)	▲精白米 (65)
昼食	<b>ゆかりごはん</b> ▲精白米 50 ★ゆかり 0.4 <b>鶏肉とじゃがいものカレーマヨ</b> ●鶏もも肉 50 ▲じゃがいも 30 ★たまねぎ 15 ▲片栗粉 1.5 塩 0.1 ▲キャノーラ油 1 ★バセリ 0.2 カレー粉 0.6 ▲マヨネーズ(卵無) 4 <b>きのこのマリネ</b> ★キャベツ 30 ★しめじ 10 ★えのきたけ 10 ★にんじん 10 米酢 1.5cc ▲なたね油 1.5cc うすくち醤油 1.5cc <b>味噌汁</b> ★こまつな 10 ★たまねぎ 20 みそ 8 ●削り節 2.5 水 150	<b>ビーフシチュー</b> ●牛もも肉 20 ★たまねぎ 40 トマトピューレー 10 ケチャップ 4 ▲じゃがいも 50 ★にんじん 25 ★しめじ 10 ▲キャノーラ油 1cc 水 80 塩 0.3 ▲バター 3 ▲小麦粉 3 こいくち醤油 1cc ウスターソース 1.5cc 赤ワイン 5cc ●鶏がらスープ 30 <b>ツナサラダ</b> ●まぐろ缶 15 ★キャベツ 25 ★きゅうり 20 ★にんじん 5 うすくち醤油 1.2cc 米酢 1.2cc ▲なたね油 1.2cc	<b>▲ごはん 50</b> マーポー豆腐 ●豆腐(木綿) 75 ●豚ひき肉 20 ★たまねぎ 20 ★ピーマン 10 ★干しいたけ 1 ▲片栗粉 3 ▲砂糖 2 ▲ごま油 0.5 塩 0.3 水 30 ●削り節 0.5 うすくち醤油 1.5cc こいくち醤油 1.5cc ▲キャノーラ油 1cc <b>きゅうりもみ</b> ★きゅうり 40 ★わかめ 1 ★キャベツ 2cc ▲砂糖 1.5 うすくち醤油 1cc 塩 0.1 <b>切り干し大根の味噌汁</b> ★切り干し大根 2 ★ねぎ 2 ★にんじん 10 みそ 8 ●削り節 2.5 水 150	<b>手作りチキンカレー</b> ▲精白米 60 ●鶏もも肉 20 ★にんにく 0.1 ★しょうが 0.1 赤ワイン 1cc ▲じゃがいも 50 ★たまねぎ 50 ★にんじん 20 ●グリーンピース・冷凍 5 ●牛乳 7 ▲小麦粉 5 ▲バター 5 ▲キャノーラ油 2cc カレー粉 0.5 ケチャップ 4 ウスターソース 1.5cc トンカツソース 1.5cc こいくち醤油 0.5cc ●鶏がらスープ 45 塩 0.8 ▲チャツネ 2 水 15	<b>▲ごはん 50</b> 鮭のみそマヨネーズ焼き ●秋鮭 1切 塩 0.1 こしょう(白) 0.05 白ワイン 1cc 甘みそ 1.2 ▲マヨネーズ(卵無) 5 ●粉チーズ 0.8 ★たまねぎ 10 <b>春雨の三色和</b> ▲はるさめ 5 ★きゅうり 20 ★にんじん 10 米酢 3cc ▲砂糖 2.1 うすくち醤油 0.8cc 塩 0.1 <b>オニオンスープ</b> ★たまねぎ 25 ★バセリ 0.5 ●削り節 2.5 水 150 うすくち醤油 2cc 塩 0.2	<b>▲ごはん 50</b> 肉だんごの甘酢かけ(卵無) ●豚ひき肉 50 ★たまねぎ 20 塩 0.05 ▲砂糖 0.5 ▲片栗粉 3 水 20 こいくち醤油 1.5cc ▲砂糖 2 米酢 2cc ▲片栗粉 2 塩 0.2 ▲キャノーラ油 3 <b>ドレッシングサラダ</b> ★キャベツ 30 ★ブロッコリー 10 ★にんじん 10 米酢 1.5cc ▲なたね油 1.5cc 塩 0.2 <b>コーンスープ</b> ★ホールコーン 10 ★クリームコーン 20 ★たまねぎ 15 ●削り節 2.5 水 150 うすくち醤油 2.5cc 塩 0.1 ▲片栗粉 1	<b>中華どんぶり</b> ▲精白米 65 ●豚もも肉 20 ★チンゲンツァイ 20 ★はくさい 40 ★にんじん 10 ★たまねぎ 20 ★干しいたけ 1 ▲キャノーラ油 3 ▲片栗粉 2 ▲砂糖 1 塩 0.2 ●削り節 1 水 50 うすくち醤油 2.5cc <b>★すいか 100</b>
3時のおやつ	▲気になる野菜200cc 1本 3-5歳 ▲気になる野菜125cc 1本 0-2歳 ●型ぬきチーズ 1個 ▲ぼたぼた焼き 1袋	●牛乳 140cc 中華ちまき ●もち米 40 ●焼き豚 10 ★にんじん 8 ★干しいたけ 0.5 ★たけのこ(ゆで) 6 ▲キャノーラ油 1cc ▲砂糖 1 うすくち醤油 1.8cc 酒 1.2cc	●牛乳 140cc 人参クッキー(卵なし) ▲小麦粉 25 ★にんじん 12 ▲砂糖 8 ▲ショートニング 6 ▲無塩バター 7	●牛乳 140cc ゼリーミックス シャインマスカットゼリー 25 ▲さつまいも 20 ★もも缶 20 ▲ぼりんこ(1袋)	●牛乳 140cc 豆乳蒸しパン ▲小麦粉 20 ▲さつまいも 5 ▲ベーキングパウダー 1 ●豆乳(調整) 15 ▲なたね油 1cc 塩 0.1 ▲砂糖 9	●牛乳 140cc サワーチェリーケーキフルーツ添え ▲サワーチェリーケーキ大 1切れ 3-5歳 ▲サワーチェリーケーキ小 1切れ 0-2歳 ★りんご 30	●牛乳200cc 1本 ▲北海道ミルクパン 1.5個
延長菓子	ベジタブルせんべい	もち麦せんべい	りんごスティック	こめ棒くん	もち麦せんべい	星っこ	こめ棒くん
栄養価	エネルギー537 蛋白質21.6 脂質14.4 炭水化物84.1 食塩2.4	エネルギー612 蛋白質25.0 脂質18.6 炭水化物90.8 食塩2.3	エネルギー685 蛋白質23.8 脂質27.3 炭水化物90.1 食塩2.3	エネルギー616 蛋白質18.1 脂質17.8 炭水化物102.5 食塩2.0	エネルギー581 蛋白質23.7 脂質17.0 炭水化物83.7 食塩1.4	エネルギー644 蛋白質22.1 脂質26.1 炭水化物86.2 食塩1.4	エネルギー499 蛋白質17.0 脂質14.5 炭水化物77.6 食塩0.8

【午前のおやつは未満児のみです】【栄養価には3歳児のもの(延長菓子除く)を表記しています】【りんご・梨の提供がある場合は、1歳児クラスまでは加熱したものを提供します】

●印は血・肉・骨になるもの ▲印は熱・力のもとになるもの ★印は体の調子をととのえるもの