

# 献立表

2026年05月

あおば保育園

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
01(金)	午前おやつ	さつまいも	さつまいも		
	昼食	あけぼのごはん もずくのみそ汁 鮭の酒蒸し 五目きんぴら グレープフルーツ	にんじん5倍粥/軟飯 もずくのみそ汁 鮭ときのご煮 豚肉とにんじん煮	7倍粥 豆腐と小松菜のスープ たらとにんじん煮	10倍粥 豆腐と小松菜のスープ たらとにんじん煮ペースト
	午後おやつ	かぼちゃのパンケーキ 豆乳	かぼちゃのパンケーキ煮		
02(土)	午前おやつ	豆乳	バナナ		
	昼食	ごはん 中華スープ 焼き餃子 小松菜のツナ和え バナナ	5倍粥 コーンスープ 豆腐煮 小松菜のツナ和え	7倍粥 コーンスープ 豆腐煮 小松菜と豆腐煮	10倍粥 コーンスープ 小松菜と豆腐煮ペースト
	午後おやつ	オレンジのスコーン	オレンジのスコーン煮		
03(日)	午前おやつ	豆乳			
	昼食	ソース焼きそば わかめスープ たけのこの土佐煮 キウイフルーツ			
	午後おやつ	いちごヨーグルト			
04(月)	午前おやつ	小魚せんべい			
	昼食	ごはん みそ汁 赤魚の煮付け ひじきと人参の煮物 オレンジ			
	午後おやつ	ビスケット 豆乳			
05(火)	午前おやつ	豆乳			
	昼食	ナポリタン コーンスープ さつま芋の甘煮 キウイフルーツ			
	午後おやつ	せんべい			
06(水)	午前おやつ	小魚せんべい			
	昼食	カレーライス かぼちゃのそぼろあん オレンジ 豆乳			
	午後おやつ	ジャムサンドクラッカー			
07(木)	午前おやつ	チーズ	オレンジ		
	昼食	【ご当地:宮崎】わかめごはん ぎぶ汁 チキン南蛮 さつまいもサラダ オレンジ	5倍粥/軟飯 ぎぶ汁 チキンと野菜煮 さつまいもサラダ	7倍粥 根菜汁 チキンとさつま芋煮	10倍粥 根菜汁 しらすとさつま芋煮ペースト
	午後おやつ	マシュマロおこし 豆乳	マシュマロおこし煮		
08(金)	午前おやつ	バナナ	バナナ		
	昼食	ごま豆乳うどん 白身魚煮 ブロッコリーとおくら和え グレープフルーツ 豆乳	ごま豆乳うどん 白身魚煮 ブロッコリーとおくら和え	野菜うどん 白身魚煮 ブロッコリー煮	野菜うどんペースト 白身魚煮ペースト ブロッコリー煮ペースト
	午後おやつ	野菜そぼろごはん	野菜そぼろ粥		
09(土)	午前おやつ	豆乳	オレンジ		
	昼食	ごはん さつまいものみそ汁 豚肉のスタミナ焼き ほうれん草とコーンと和え オレンジ	5倍粥 さつまいものみそ汁 豚肉と玉ねぎ煮 ほうれん草とコーンと和え	7倍粥 さつまいものスープ 豆腐とほうれん草煮	10倍粥 さつまいものスープ 豆腐とほうれん草煮ペースト
	午後おやつ	マカロニきな粉	マカロニきな粉煮		
10(日)	午前おやつ	小魚せんべい			
	昼食	ごはん みそ汁 ハンバーグ たけのこの土佐煮 キウイフルーツ			
	午後おやつ	ビスケット 豆乳			
11(月)	午前おやつ	かぼちゃペースト	かぼちゃペースト		
	昼食	ごはん ほうれん草のみそ汁 いわしの梅煮 凍り豆腐のふわふわ煮 オレンジ	5倍粥/軟飯 ほうれん草のみそ汁 たら煮 凍り豆腐のふわふわ煮	7倍粥 ほうれん草のスープ たら煮	10倍粥 ほうれん草のスープ たら煮ペースト
	午後おやつ	チーズスコーン 豆乳	チーズスコーン煮		

# 献立表

2026年05月

あおぼ保育園

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
12(火)	午前おやつ	いちご豆乳	バナナ		
	昼食	コッペパン クラムチャウダー 白身魚のコンソメ煮 キャベツのツナサラダ バナナ	パン粥 じゃが芋スープ 白身魚のコンソメ煮 キャベツのツナサラダ	パン粥 じゃが芋スープ 白身魚とキャベツ煮	パン粥 じゃが芋スープ 白身魚とキャベツ煮ペースト
	午後おやつ	チャーハン	卵と野菜粥		
13(水)	午前おやつ	さつまいも	さつまいも		
	昼食	麦ごはん ワンタンと卵のスープ チンジャオロース 豆腐の中華サラダ パイナップル	5倍粥/軟飯 ワンタンと卵のスープ 豚肉とピーマン煮 豆腐のサラダ	7倍粥 豆腐スープ キャベツとにんじん煮	10倍粥 豆腐スープ キャベツとにんじん煮ペースト
	午後おやつ	焼きうどん 豆乳	野菜うどん		
14(木)	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト		
	昼食	塩野菜ラーメン 肉団子のもち米蒸し ツナポテトサラダ グレープフルーツ 豆乳	野菜うどん 白身魚煮 ポテトサラダ	野菜うどん 白身魚煮 ポテトサラダ	野菜うどんペースト 白身魚煮ペースト ポテトサラダペースト
	午後おやつ	おかかおにぎり	おかか粥		
15(金)	午前おやつ	野菜スティック	野菜スティック		
	昼食	竹の子ごはん 花麩のすまし汁 さわらの西京焼き ほうれん草の磯香あえ いちご	5倍粥/軟飯 花麩のすまし汁 さわらの西京焼き ほうれん草の磯香あえ	7倍粥 豆腐のスープ ほうれん草とにんじん煮	10倍粥 豆腐のスープ ほうれん草とにんじん煮ペースト
	午後おやつ	卵サンド 豆乳	卵パン粥		
16(土)	午前おやつ	ふかし芋	ふかし芋		
	昼食	わかめうどん 鶏の照り焼き おくら和え オレンジ 豆乳	わかめうどん 鶏の照り煮 おくら和え	ほうれん草うどん 白身魚煮 にんじんとコーン煮	ほうれん草うどんペースト 白身魚煮ペースト にんじんとコーン煮ペースト
	午後おやつ	かぼちゃ蒸しパン	かぼちゃ蒸しパン煮		
17(日)	午前おやつ	豆乳			
	昼食	ごはん みそ汁 ぶりの照り焼き 切干し大根の旨煮 キウイフルーツ			
	午後おやつ	ブルーベリーヨーグルト			
18(月)	午前おやつ	チーズ	グレープフルーツ		
	昼食	ごはん にらのかきたま汁 鶏肉の味噌マヨ焼き 切干し大根のサラダ グレープフルーツ	5倍粥/軟飯 にらのかきたま汁 鶏肉の味噌煮 切干し大根のサラダ	7倍粥 たまねぎスープ 鶏肉とほうれん草煮	10倍粥 たまねぎスープ たらとほうれん草煮ペースト
	午後おやつ	ポパイマドレーヌ 豆乳	ポパイマドレーヌ煮		
19(火)	午前おやつ	豆乳	メロン		
	昼食	ロールパン 野菜スープ スペイン風オムレツ スパゲッティサラダ メロン	パン粥 野菜スープ ほうれん草の卵焼き スパゲッティサラダ	パン粥 野菜スープ 豆腐とじゃがいも煮	パン粥 野菜スープ 豆腐とじゃがいも煮ペースト
	午後おやつ	納豆ごはん	納豆粥		
20(水)	午前おやつ	きなこ豆	きなこ豆		
	昼食	発芽玄米ごはん じゃが芋のみそ汁 松風焼き にんじんとじゃこ和え パイナップル	5倍粥/軟飯 じゃが芋のみそ汁 松風焼き にんじんとじゃこ和え	7倍粥 じゃが芋のスープ にんじんとしらす煮	10倍粥 じゃが芋のスープ にんじんとしらす煮ペースト
	午後おやつ	マヨコーントースト 豆乳	コーンパン粥		
21(木)	午前おやつ	バナナ	バナナ		
	昼食	桜えびごはん かぶのみそ汁 豆腐煮 三色和え オレンジ	5倍粥/軟飯 かぶのみそ汁 豆腐煮 三色和え	7倍粥 かぶのスープ 豆腐と青菜煮	10倍粥 かぶのスープ 豆腐と青菜煮ペースト
	午後おやつ	セサミクッキー 豆乳	セサミクッキー煮		
22(金)	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト		
	昼食	栃木焼きそば ごぼうハンバーグ チーズサラダ 誕生会ケーキ 豆乳	肉野菜うどん 白身魚と野菜煮 誕生会ケーキ煮	野菜うどん 白身魚煮 キャベツとブロッコリー煮	野菜うどんペースト 白身魚煮ペースト キャベツとブロッコリー煮ペースト
	午後おやつ	あおさおにぎり	あおさ粥		

# 献立表

2026年05月

あおば保育園

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
23(土)	午前おやつ	煮豆	煮豆		
	昼食	和風スパゲッティ ハムステーキ さつまいもサラダ バナナ 豆乳	ほうれん草うどん たら煮 さつまいもサラダ	ほうれん草うどん たら煮 さつまいも煮	ほうれん草うどんペースト たら煮ペースト さつまいも煮ペースト
	午後おやつ	りんご風味ケーキ	りんご風味ケーキ煮		
24(日)	午前おやつ	豆乳			
	昼食	ごはん みそ汁 肉団子 ひじきと人参の煮物 キウイフルーツ			
	午後おやつ	せんべい			
25(月)	午前おやつ	かぼちゃペースト	かぼちゃペースト		
	昼食	ごはん きのこのみそ汁 銀鮭の塩焼き 田舎煮 グレープフルーツ	5倍粥/軟飯 きのこのみそ汁 銀鮭煮 田舎煮	7倍粥 キャベツスープ 鶏肉と里芋煮	10倍粥 キャベツスープ 豆腐とにんじん煮ペースト
	午後おやつ	野菜と豆腐のチヂミ 豆乳	野菜と豆腐のチヂミ煮		
26(火)	午前おやつ	豆乳	バナナ		
	昼食	食パン コーンスープ ポークビーンズ ブロッコリーとツナのサラダ バナナ	パン粥 コーンスープ ポークビーンズ ブロッコリーとツナのサラダ	パン粥 コーンスープ 大豆と野菜煮	パン粥 コーンスープ しらすと野菜煮ペースト
	午後おやつ	たこ焼き風おにぎり	キャベツ粥		
27(水)	午前おやつ	煮豆	煮豆		
	昼食	麦ごはん 小松菜のみそ汁 さばのみりん焼き ひじきとにんにくの芽炒め パイナップル	5倍粥/軟飯 小松菜のみそ汁 たら煮 ひじきと豚肉煮	7倍粥 小松菜のスープ たら煮	10倍粥 小松菜のスープ たら煮ペースト
	午後おやつ	マーラカオ 豆乳	マーラカオ煮		
28(木)	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト		
	昼食	ナポリタン ツナオムレツ ほうれん草のかに風味サラダ メロン 豆乳	野菜うどん 豆腐煮 ほうれん草煮	野菜うどん 豆腐煮 ほうれん草煮	野菜うどんペースト 豆腐煮ペースト ほうれん草煮ペースト
	午後おやつ	スコーン	いちごスコーン煮		
29(金)	午前おやつ	野菜スティック	野菜スティック		
	昼食	栃木いちごカレー 鶏のしょうが焼き コールスローサラダ オレンジ 豆乳	5倍粥/軟飯 じゃが芋のスープ 鶏のしょうが煮 コールスローサラダ	7倍粥 じゃが芋のスープ 鶏と野菜煮	10倍粥 じゃが芋のスープ 白身魚と野菜煮ペースト
	午後おやつ	かぼちゃプリン	かぼちゃのミルク煮		
30(土)	午前おやつ	豆乳	バナナ		
	昼食	ごはん 切干大根のみそ汁 赤魚のみりん焼き 里芋のひき肉あんかけ バナナ	5倍粥 切干大根のみそ汁 赤魚のみりん煮 里芋のひき肉あんかけ	7倍粥 里芋のスープ たらと玉ねぎ煮	10倍粥 にんじんのスープ たらと玉ねぎ煮ペースト
	午後おやつ	お麩ラスク	お麩ラスク煮		
31(日)	午前おやつ	豆乳			
	昼食	焼きうどん わかめスープ さつま芋の甘煮 オレンジ			
	午後おやつ	いちごヨーグルト			