



5月よていこんだてひょう



令和8年度

給食回数 17回

高崎市立高崎幼稚園

日	曜日	こんだてめい			しょくひんのはたらき			えいようか	こんだてめい	
		ごはん・パン めん	の もの	おかず	【き】	【あか】	【みどり】			
					エネルギーになる	ちやにくになる	からだのちようしをととのえる いろいろこいさい そのほかのやさい・くだもの	エネルギーたんぱく質 食塩相当量	おやつきゅうしょく (年少のみ)	
1	金	たけのこごはん KOKORON		とりにくとどきほしだいこんにつけ はるキャベツのみそしる かしわもち こどもの日献立	こめ むぎ さとう かしわもち (こしあん)	きゅうにゅう とりにく あぶらあげ あつあげ みそ	にんじん さやいんげん	ほししいたけ たけのこ ごぼう しょうが きりほしだいこん キャベツ こんにやく えのき たまねぎ	481 204 1.6	かしわもち きゅうにゅう
4	月				みどりの日					
5	火				こどもの日					
6	水				振替休日					
7	水	ちゅうかふう ませごはん		はるさめサラダ にくだんこスープ	こめ むぎ ごまあぶら さとう はるさめ ごま	きゅうにゅう あぶらあげ ツナ にくだんこ	にんじん チンゲンサイ	ねぎ ほししいたけ もやし きゅうり コーン きくらげ たまねぎ	464 14.9 1.6	ほしたべよ きゅうにゅう
8	金	むぎごはん		きのこカレー コーンサラダ	こめ むぎ じゃがいも パター あぶら さとう	きゅうにゅう とりにく	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ しめじ まいたけ コーン キャベツ きゅうり	480 15.6 1.6	5/8 (金) 年少 給食開始
11	月	コッパン		ウインナー こめスープ ブロッコリーサラダ	コッパン さとう じゃがいも パター あぶら ごま	きゅうにゅう とりにく ウインナー	にんじん ほうれんそう ブロッコリー	たまねぎ キャベツ コーン	489 20.8 1.7	
12	火	じゃこなめし		にくじゃが あつあげのみそしる	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	きゅうにゅう しらす ぶたにく あつあげ みそ わかめ	にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき ほししいたけ しめじ しょうが	441 20.0 1.6	
13	水	みそラーメン		チンゲンサイのあえもの パナナ	ちゅうかめん ごまあぶら さとう ごま	きゅうにゅう ぶたにく みそ	にんじん チンゲンサイ にら	コーン もやし ねぎ きくらげ キャベツ パナナ	460 20.1 1.9	
14	木	むぎごはん		ポークハヤシ わかめサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう バター ごま ごまあぶら	きゅうにゅう ぶたにく わかめ	にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ しめじ エリンギ キャベツ コーン	451 16.2 1.9	
15	金	むぎごはん		さわらのさいきょうやき アスパラガスのおかかあえ ぐたくさんみそしる	こめ むぎ ごま じゃがいも	きゅうにゅう さわら みそ おかか わかめ あぶらあげ みそ	にんじん アスパラガス	キャベツ たまねぎ しめじ	435 22.5 1.5	
18	月	くろばん	ジョア	ポークビーンズ ツナサラダ	くろばん じゃがいも バター さとう あぶら ごま	シヨア たいし ぶたにく ツナ	にんじん トマト	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり	456 23.9 1.4	
19	火	わかめごはん		いわしのカリカリフライ チンゲンサイのごまあえ じゃがいものみそしる	こめ むぎ さとう ごま じゃがいも	きゅうにゅう わかめ いわし みそ とうふ あぶらあげ	にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ	430 16.4 1.4	
20	水	スバグティ ナポリタン		キャベジスープ オレンジ	スバグティ パター さとう	きゅうにゅう ぶたにく ウインナー ごなチーズ	にんじん ピーマン	たまねぎ しめじ にんにく しょうが キャベツ コーン オレンジ	429 18.7 1.4	
21	木	むぎごはん		ソースカツ そくせきつけ まいたけのすましじる	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら さとう ごまあぶら	きゅうにゅう ぶたにく とうふ しおこんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり まいたけ ほししいたけ ねぎ	454 17.9 1.5	
22	金	お弁当持参 春の遠足 (給食なし)			春の遠足 (給食なし)					
25	月	コッパン		あぶらあげのかりかりサラダ ミネストローネ	コッパン ごまあぶら さとう ごま マカロニ じゃがいも バター	きゅうにゅう あぶらあげ にくだんこ ごなチーズ	にんじん パセリ トマト	キャベツ たまねぎ コーン	461 19.0 1.8	
26	火	むぎごはん		たかさきどん のく スイミーター パナナ	こめ むぎ ごまあぶら かたくりこ	きゅうにゅう とりにく とうふ こおりとうふ ★たまご	にんじん チンゲンサイ	きくらげ キャベツ たまねぎ ほししいたけ コーン しょうが パナナ	478 19.3 1.8	
27	水	ソースやきそば		ツナとわかめのスープ ミックスフルーツ	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら	きゅうにゅう ぶたにく ツな わかめ とうふ	にんじん ピーマン	もやし キャベツ たまねぎ えのき ほししいたけ ねぎ もも ようなし りんご	437 17.9 1.7	
28	木	むぎごはん	やさい ジュース	マーボードウフ ちゅうかスープ おたのしみデザート 誕生会	こめ むぎ さとう かたくりこ ごまあぶら	きゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ハム	にんじん ほうれんそう	しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ たけのこ コーン きくらげ	425 14.4 1.5	
29	金	ひじきごはん		かつおとだいずのみそがらめ なめこじる	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	きゅうにゅう ひじき とりにく かつお だいず みそ あぶらあげ とうふ わかめ	にんじん	グリーンピース ごぼう たまねぎ ほししいたけ しょうが にんにく えだまめ なめこ ねぎ だいこん えのきだけ	457 23.3 1.7	

※材料の都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

平均栄養所要量の基準 エネルギー441kcal たんぱく質18g (15~26g) 食塩相当量1.5g未満
今月の平均 エネルギー455kcal たんぱく質18.9g 食塩相当量1.6g



♪今月の給食目標♪
きゅうしょくのまえに
てあらい・うがいをしっかりしよう!



こんにやくいもは、名前の通り、いも類なので、「黄色の仲間」に分類されますが、こんにやくに加工されると、食物繊維たっぷりの「みどりの仲間」に変身します。

5月の行事予定

- 5月8日(金) 年少給食開始
- 5月22日(金) 春の遠足(給食無し)
- 5月28日(木) 誕生会

~給食室からのお知らせ~

〇おはしセットは、毎日きれいに洗って持ってきてください。
〇年少梅組さんは5月8日(金)から本格的に給食がはじまります。
おはしセットを忘れずに持ってきてください。

5月分の給食費引き落とし日は、**6月1日(月)**です。

金額は4240円です。
通帳残高の確認をよろしくお願いたします。