



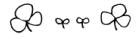
令和8年5月 給食献立表

読谷村立保育所

□【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品 【黄】体の熱や力をつくる食品 【緑】体の調子を良くし病気になるようにする食品

□ 行事、食材の都合により献立を変更することがございます。

□ 新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べるできないよう食材の確認をお願いします。



日付	曜日	献立名	材料と体内での働き			おやつ	
			あか 体の血、肉、骨、歯 をつくる	きいろ 体の熱や力をつくる	みどり 体の調子を良くし病気 にならないようにする	1~2歳児	全児
						午前10時	午後3時
15	金	焼きそば ホキの人参ソース焼き コーンスープ	豚Bロース肉、ホキ、ピザ用チーズ、絹ごし豆腐、あずき・つぶしあん、牛乳、しらす	中華めん、なたね油、マヨレ、パン粉、片栗粉、三温糖、小麦粉、もち粉、米油、いりごま	人参、キャベツ、もやし、パセリ、たまねぎ、乾しいたけ、かぼちゃ、コーン、クリームコーン、からしな	牛乳 ビスケット	こいのぼりどら焼き(1) からし菜とじゃこのおにぎり(15) 牛乳
29	土	そうめんチャンプルー さつま芋の味噌汁 棒チーズ	シーチキン、豚Bロース肉、厚揚げ、棒チーズ、しらす、花かつお	そうめん・ひやむぎ-乾、なたね油、さつまいも、米、あわ、三温糖、いりごま、白	たまねぎ、人参、キャベツ、ニラ、大根、しめじ、長ねぎ、あおのり、オレンジ	牛乳 あられ	手作りふりかけおにぎり オレンジ お茶
7/21	木	タコライス フルーツヨーグルト和え 白菜とマカロニのスープ	豚・ひき肉、牛・ひき肉、ピザ用チーズ、プレーンヨーグルト、牛乳	米、あわ、押し麦、なたね油、マカロニ	たまねぎ、にんにく、キャベツ、トマト、ミックスフルーツ、バナナ、人参、はくさい、えのき	牛乳 クラッカー	グレープゼリー せんべい 牛乳
8/22	金	うどん汁 サワラのてんぷら キャベツの梅かつお和え	鶏もも肉、さわら、焼き竹輪、花かつお	うどん、小麦粉、片栗粉、なたね油、三温糖	たまねぎ、人参、乾しいたけ、長ねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン、ねり梅、ゴーヤー、りんご	ゴーヤーの日 牛乳 ビスケット	ゴーヤーチップ りんご お茶
11/25	月	ごはん 肉団子の甘酢あん 千切りチー トマトと根菜の味噌汁	豚・ひき肉、豚Bロース肉、厚揚げ、粉チーズ、豆乳、牛乳	米、あわ、押し麦、片栗粉、なたね油、三温糖、花麩、小麦粉	しょうが、たまねぎ、人参、ほしひじき、切り干し大根、乾しいたけ、刻み昆布、こまつな、トマト、はくさい、大根、ねぎ、しめじ、りんご	牛乳 あられ	しめじチーズサブ りんご 牛乳
12/26	火	コッペパン 鶏肉の香草焼き マカロニのカントリー炒め 人参とあかね芋のポタージュスープ	鶏もも肉、豚Bロース肉、豆乳、鶏もも肉	コッペパン 60g、マカロニ、あかね芋、米、あわ、なたね油	にんにく、人参、たまねぎ、なす、ピーマン、黄パプリカ、赤パプリカ、たけのこ、乾しいたけ、ねぎ	牛乳 クラッカー	たけのこ入り 炊き込み御飯のおにぎり お茶
13/27	水	トウモロコシごはん 豚肉の生姜焼き さつま芋とチーズのサラダ 小松菜のみそ汁	豚Bロース肉、チーズ、沖縄豆腐、牛乳	米、押し麦、あわ、三温糖、なたね油、さつまいも、マヨレ、うすまき麩、小麦粉、黒砂糖	昆布、たまねぎ、しょうが、きゅうり、人参、りんご、こまつな、えのき、ねぎ、オレンジ	牛乳 ビスケット	ちんぴん オレンジ 牛乳
14/28	木	黒米入ごはん 鯖のみそ煮 ひじきとアスパラの鶏そぼろ炒め 大根と豆腐のすまし汁	さば、鶏・ひき肉、絹ごし豆腐、牛乳	米、押し麦、あわ、三温糖、なたね油、お米de国産かぼちゃのマフィン(小渡日東ベスト)40個/袋	しょうが、ほしひじき、人参、アスパラガス、大根、乾しいたけ、ねぎ、バナナ	牛乳 あられ	米粉かぼちゃマフィン バナナ 牛乳
16/23	土	モズク丼 豆腐とわかめのみそ汁	豚・ひき肉、枝豆(冷凍むき枝豆)、もずく、塩抜き、絹ごし豆腐、豆乳、牛乳	米、あわ、押し麦、三温糖、片栗粉、ホットケーキミックス、バター、コーンフレーク	にんにく、しょうが、たまねぎ、人参、ピーマン、わかめ、ねぎ、バナナ	牛乳 クラッカー	人参クッキー バナナ 牛乳
18/29	月金	ハヤシライス 大根ときゅうりのさっぱり和え 春雨スープ	豚Bロース肉、シーチキン、絹ごし豆腐、牛乳	米、押し麦、あわ、じゃが芋、製菓用米粉(グルテン無し)、三温糖、はるさめ-乾、ホットケーキミックス、なたね油	たまねぎ、マッシュルーム水煮、人参、大根、きゅうり、えのきはくさい	牛乳 ビスケット	豆腐ドーナツ 牛乳
19	火	ごはん グルクンのから揚げ ブロッコリーとじゃが芋のサラダ アーサ汁	沖縄豆腐、牛乳、生クリーム、ゼラチン	米、あわ、押し麦、片栗粉、なたね油、じゃが芋、すりごま、白、マヨレ、三温糖	にんにく、しょうが、ブロッコリー(冷凍)、きゅうり、人参、コーン、アーサ、えのき、大根、ねぎ、バナナ	牛乳 あられ	ココアムース バナナ 牛乳
20	水	ごはん 鶏から揚げ きゅうりともずくの和風和え なめこのみそ汁	鶏もも肉、焼き竹輪、もずく-塩抜き、絹ごし豆腐、卵、豆乳、チーズ、無塩せきポークウインナー、牛乳	米、あわ、押し麦、三温糖、片栗粉、なたね油、いりごま、白、マヨレ、ホットケーキミックス	きゅうり、人参、なめこ、わかめ、大根、長ねぎ、キャベツ	牛乳 クラッカー	きやべつマフィン 牛乳
30	土	炊き込み御飯 鶏とごぼうのみそ汁 ヨーグルト	油揚げ、鶏もも肉、沖縄豆腐、ヨーグルト、シーチキン、ピザ用チーズ、牛乳	米、食パン 6枚切り、マヨレ	刻み昆布、人参、乾しいたけ、ねぎ、ごぼう、長ねぎ、大根、まいたけ、こまつな、コーン、たまねぎ、オレンジ	牛乳 ビスケット	コーントースト オレンジ 牛乳

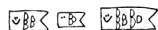
5月の行事食

こどもの日...こいのぼりやき

こどもの成長や幸福を願う日といわれています。おやつのどらやきをお楽しみに！

ゴーヤーの日...ゴーヤーチップ

「ゴー(5)ヤー(8)」という語呂合わせから1997年に沖縄県が提唱した記念日！
ゴーヤーの出荷が増えるシーズンちなんているそうです。



5月の地産地消費材

ゴーヤー、トマト、アスパラガス、とうもろこし、じゃがいも、人参、パプリカ、なす

保育所で使用する野菜ははゆんた市場より納品されます。5月もたくさん村産野菜を使用し、給食を提供します♪

