



# お宮の里（自園）幼稚園様

## 2026年5月分 きゅうしよくこんだてひょう



\* 材料の仕入れの都合により、一部献立が変更になる事がございますがご了承下さい。

日	こんだて	ざいりょう			エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g	
		ねつやちからとなる	ちやにく、ほねをつくる	からだのちようしをととのえる					
1 金	麻婆豆腐給食 麻婆豆腐 フルーツ(みかん缶) とうもろこしつまみ焼き ご飯 切干大根の甘酢和え	片栗粉 菜種油 米	牛肉 豚肉 豆腐 味噌 すり身寄せ	きゅうり 人参 グリーンピース 切干大根 しょうが みかん 玉ねぎ にんにく	359	13.0	8.9	1.2	
2 土	タンドリーチキン給食 タンドリーチキン ほうれん草の味噌汁 コールスローサラダ ご飯 ミニゼリー	カレー粉 菜種油 ゼリー 米	鶏肉 味噌 いりこ	キャベツ 人参 にんにく きゅうり ピーマン しょうが ほうれん草 玉ねぎ ケチャップ	389	15.8	14.6	1.4	
7 木	たらの磯辺フライ給食 たらの磯辺フライ かぶの味噌汁 ひじきの煮物 ご飯 フルーツ(黄桃缶)	じゃが芋 菜種油 米	味噌 さつま揚げ いりこ 魚のフライ	いんげん ひじき 人参 黄桃 ほうれん草 かぶ	364	14.3	10.1	1.3	
9 土	筑前煮給食 筑前煮 チンゲン菜の味噌汁 野菜とベーコンのソテー ご飯 フルーツ(パイン缶)	里芋 菜種油 米	鶏肉 ベーコン 味噌 いりこ	いんげん 玉ねぎ パイン キャベツ チンゲン菜 コーン 人参 大根 椎茸	349	12.3	11.2	1.3	
11 月	厚揚げの味噌炒め給食 厚揚げの味噌炒め 里芋のすまし汁 しゅうまい ご飯 チーズ	里芋 菜種油 米	豚肉 ナチュラルチーズ 厚揚げ しゅうまい	キャベツ 人参 グリーンピース 椎茸 しょうが わかめ 玉ねぎ にんにく	363	13.0	12.5	1.7	
12 火	チーズハンバーグ給食 チーズハンバーグ コンソメスープ ブロッコリーサラダ ご飯・海苔 デザート ★のぼるの日★	麩 菜種油 ケーキ 米	チーズ ハンバーグ	キャベツ ほうれん草 コーン 海苔 人参 ケチャップ ブロッコリー	374	13.2	11.3	1.7	
13 水	さばの塩焼き給食 さばの塩焼き 豆腐の味噌汁 ひじきとチーズのサラダ ご飯 フルーツ(黄桃缶)	ごま 菜種油 マヨネーズタイプ 米	チーズ 味噌 さば いりこ 大豆 豆腐	キャベツ ひじき 玉ねぎ 黄桃 チンゲン菜 人参	345	15.5	12.0	1.0	
14 木	高野豆腐の丼給食 高野豆腐の丼 わかめの味噌汁 アスパラとちくわの炒め物 フルーツ(パイン缶)	菜種油 米	鶏肉 高野豆腐 ちくわ 味噌 いりこ	アスパラガス 人参 いんげん わかめ キャベツ パイン 玉ねぎ	364	15.3	7.7	1.4	
15 金	きつねうどん給食 きつねうどん さつま芋の天ぷら フルーツ(みかん缶)	うどん 菜種油 さつま芋天	鶏肉 油揚げ いりこ	小松菜 玉ねぎ 人参 みかん	346	12.9	13.5	1.9	
16 土	バーベキューチキン給食 バーベキューチキン かぶの味噌汁 キャベツの炒め煮 ご飯 ミニゼリー	ソース 菜種油 ゼリー 米	鶏肉 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん かぶ キャベツ 椎茸 チンゲン菜 ケチャップ 人参	383	15.4	14.3	1.3	
18 月	豆腐の中華煮給食 豆腐の中華煮 春雨中華スープ コーンたっぷりフライ ご飯 チーズ	片栗粉 コロッケ 春雨 米 菜種油 ごま油	鶏肉 ナチュラルチーズ 豆腐	玉ねぎ わかめ チンゲン菜 人参 椎茸	370	11.9	13.4	1.5	
19 火	キャベツと豚肉のうま煮給食 キャベツと豚肉のうま煮 あげの味噌汁 スティックチキン ご飯 ★絵本給食★ フルーツ(みかん缶) ~キャベツくん~	片栗粉 ルウ 菜種油 米	豚肉 ナゲット 油揚げ 味噌 いりこ	キャベツ 人参 小松菜 みかん しょうが 玉ねぎ	341	13.6	9.5	1.4	
20 水	鶏肉と大根の煮物給食 鶏肉と大根の煮物 ほうれん草の味噌汁 焼きビーフン ご飯 ミニゼリー	里芋 米 ビーフン 菜種油 ゼリー	鶏肉 豚肉 味噌 いりこ	いんげん ピーマン 大根 ほうれん草 玉ねぎ 人参	345	12.1	9.2	1.3	
21 木	とんかつ給食 とんかつ コンソメスープ 人参しりしり ご飯 フルーツ(パイン缶)	ソース 菜種油 米	鶏肉 トンカツ	コーン パイン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー	368	10.6	12.7	1.3	
22 金	カレーライス給食 カレーライス キャベツときゅうりのサラダ ミニゼリー	片栗粉 ルウ じゃが芋 米 菜種油 ゼリー	豚肉	キャベツ 人参 きゅうり ケチャップ コーン りんご 玉ねぎ	427	9.7	10.1	1.8	
23 土	ホイコーロー給食 ホイコーロー わかめの味噌汁 スパゲティソテー ご飯 フルーツ(みかん缶)	スパゲティ麺 片栗粉 菜種油 米	豚肉 ウインナー 味噌 いりこ	キャベツ ピーマン コーン かぶ 玉ねぎ わかめ 人参 みかん	355	13.2	9.3	1.3	
25 月	香草パン粉焼き給食 香草パン粉焼き 豆腐の味噌汁 ひじきの煮物 ご飯 フルーツ(黄桃缶)	菜種油 米 パン粉	鶏肉 いりこ 豆腐 味噌 さつま揚げ	いんげん ひじき 玉ねぎ 黄桃 チンゲン菜 人参	350	19.0	9.1	1.0	
26 火	たらの煮付け給食 たらの煮付け 小松菜の味噌汁 麻婆春雨 ご飯 フルーツ(みかん缶)	じゃが芋 春雨 菜種油 米	豚肉 たら 味噌 いりこ	小松菜 ピーマン しょうが みかん 玉ねぎ 人参	350	15.8	7.3	1.6	
27 水	えびカツ給食 えびカツ 中華スープ 切干大根の炒め煮 ご飯 フルーツ(パイン缶)	菜種油 米	油揚げ 豆腐 えびかつ	いんげん 切干大根 コーン パイン 人参 ほうれん草	340	9.2	10.0	1.3	
28 木	豚肉と野菜の炒め物給食 豚肉と野菜の炒め物 チンゲン菜の味噌汁 高野豆腐の煮物 ご飯 フルーツ(オレンジ)	菜種油 米	豚肉 高野豆腐 油揚げ 味噌 いりこ	いんげん 人参 オレンジ キャベツ ピーマン 玉ねぎ 椎茸 チンゲン菜 わかめ	340	14.9	9.7	1.2	
29 金	さばの味噌煮給食 さばの味噌煮 椎茸のすまし汁 ごずこんサラダ ご飯 ミニゼリー	ごま 米 里芋 ゼリー マヨネーズタイプ	チーズ さば 大豆 味噌	コーン 椎茸 しょうが ひじき 人参 ブロッコリー	362	14.6	12.4	1.3	
30 土	肉だんごのあんかけ給食 肉だんごのあんかけ かぼちゃの味噌汁 ポテト ご飯 フルーツ(パイン缶)	片栗粉 菜種油 ポテト 米	味噌 いりこ つくね	かぼちゃ 白菜 小松菜 椎茸 玉ねぎ パイン 人参	382	13.1	11.8	1.5	
					月平均	362	13.6	10.9	1.4



ホームページ <http://www.noboru-bento.com/>  
ブログ <http://blog.livedoor.jp/noborubento/>



株式会社のぼる

北九州市八幡西区金剛1丁目-15-10  
TEL 093-618-3575 FAX 093-618-3590

月平均

担当: 開発管理課

\* 材料の仕入れの都合により、一部献立が変更になる事がございますがご了承下さい  
\* 原材料および調味料の一部にアレルギー食品(卵・乳成分など)を含みます  
\* 食品に含まれるエキス等は表示されていません