



# 2026年5月給食だより



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ㊟アーモンド ㊟マカダミアナッツ ㊟ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	かぼちゃポーロ お茶	こいのぼりハンバーグ ミニポテト コーンサラダ ごはん スープ	●/▲ハンバーグ・ちくわ	グリーンピース コーン・人参・きゅうり・キャベツ しめじ・玉ねぎ・大根	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) ミニポテト・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ	かしわもち風サンド 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩 油・こしあん・▲ホイップクリーム ▲牛乳
2	土	ソフトサラダ お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
7	木	五穀ビスケット お茶	白身魚フライ ブロッコリーのチキンサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	白身魚フライ チキンフレーク 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	油 砂糖・オリーブ油 米(国産) おつゆ麩	酢・塩・醤油 だし	ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・メープルシロップ ▲牛乳
8	金	ほたは焼 お茶	鶏肉のおかか焼 のりの佃煮 小松菜のごまマヨ和え 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉・かつお節 豆腐・油揚げ・赤みそ・白みそ	のり 小松菜・もやし・人参 玉ねぎ	砂糖・小麦粉・油 砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 米(国産)・押麦	醤油・本みりん 醤油・料理酒・本みりん 塩 だし	ハインゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろしパン ▲牛乳
9	土	かぼちゃポーロ お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつまい	だし・本みりん・醤油		
11	月	五穀ビスケット お茶	高野豆腐のそぼろ丼 さつまいの甘煮 切干大根サラダ 味噌汁	凍り豆腐・豚ひき肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・青ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 ほうれん草・キャベツ	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 さつまい・砂糖 砂糖・オリーブ油 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし だし・醤油 醤油・酢・塩 だし	餃子ピザ 牛乳	ゴーヤの皮・トマトケチャップ・ウィンナー コーン・▲ミックスチーズ ▲牛乳
12	火	ほたは焼 お茶	醤油ラーメン かぼちゃのチーズ焼 白菜のおかか和え フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉 ▲ミックスチーズ かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし かぼちゃ 白菜・きゅうり・コーン グレープフルーツルビー	ラーメン・油・調合ごま油 油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 醤油	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖・焼きのり 麦茶
13	水	ソフトサラダ お茶	豚肉のケチャップ炒め あおさポテト ごはん 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン あおさのり 白菜・大根 パイン(缶詰)	油・砂糖 じゃが芋・油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 だし	いちご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・ストロベリーソース・油 ▲牛乳
14	木	白い風船ミルククリーム お茶	キーマカレー チーズサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	豚ひき肉 ▲チーズ	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参 大根・ほうれん草・えのきだけ オレンジ	米(国産)・押麦・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
15	金	豆花クッキー お茶	サバの甘辛焼 オクラの納豆和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(バナナ)	さば 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・人参 キャベツ・玉ねぎ・かぼちゃ バナナ	砂糖・油 米(国産)・押麦	醤油・料理酒 醤油 だし	大学芋 牛乳	さつまい・油・本みりん 砂糖・黒ごま ▲牛乳
16	土	ソフトサラダ お茶	根菜うどん	豚肉	ごぼう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
18	月	かぼちゃポーロ お茶	★ソースカツ丼 ひじきサラダ 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	●トンカツ ツナフレーク 赤みそ・白みそ	ひじき・コーン・きゅうり 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋	ウスターソース・醤油・料理酒・本みりん だし・醤油・本みりん だし	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 砂糖・きな粉 ▲牛乳
19	火	五穀ビスケット お茶	五目あんかけうどん かぼちゃの旨煮 大根と胡瓜の甘酢和え フルーツ(バナナ)	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布 かぼちゃ 大根・きゅうり・人参 バナナ	うどん・でん粉 砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 酢・醤油	小松菜の混ぜおにぎり お茶	米(国産)・小松菜・人参・調合ごま油 塩・醤油・砂糖・白ごま 麦茶
20	水	ほたは焼 お茶	豆腐ハンバーグ ツナサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ(グレープフルーツ)	●豆腐野菜ハンバーグ ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし	ちんすこう風 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 ▲牛乳
21	木	豆花クッキー お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー 花野菜サラダ ごはん スープ	たら	玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・人参 キャベツ・チンゲン菜・しめじ	小麦粉・▲バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	「カルピス」のゼリー お茶	寒天 ▲カルピス 麦茶
22	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の味噌焼 キャベツのマヨ和え ごはん ★ばち汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉・白みそ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・大根・人参・青ねぎ オレンジ	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) そうめん・油	本みりん・料理酒 だし・醤油・塩	ツナサンド 牛乳	▲食パン・ツナフレーク 玉ねぎ・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳
23	土	ほたは焼 お茶	五目チャーハン スープ	ウィンナー	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ 青ねぎ・わかめ・大根	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
25	月	白い風船ミルククリーム お茶	サーモンの塩焼 がんもの煮物 ほうれん草とちくわの和え物 ごはん 味噌汁	ピンクサーモン がんもどき ちくわ 赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん ほうれん草・コーン キャベツ・玉ねぎ・かぼちゃ	砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	コンソメポテトフライ 牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ ▲牛乳
26	火	ソフトサラダ お茶	★豚肉のブルコギ マカロニサラダ ごはん 中華スープ フルーツ(パイン缶)	豚肉 豆腐	玉ねぎ・人参・もやし・しめじ・ピーマン・おろしりんご・しょうが・にんにく 人参・きゅうり 大根・小松菜 パイン(缶詰)	砂糖・調合ごま油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	料理酒・醤油 鶏がらスープ	かぼちゃのパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・かぼちゃ ▲牛乳
27	水	かぼちゃポーロ お茶	ツナときのこの和風スバゲティ コーンサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ツナフレーク ●ハム	しめじ・えのきだけ・小松菜・人参・玉ねぎ・にんにく きゅうり・キャベツ 大根・さやいんげん・人参 バナナ	スバゲティ・油 砂糖・オリーブ油	醤油・めんつゆ 酢・塩・醤油 コンソメ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
28	木	ほたは焼 お茶	さわらのチーズ焼き じゃが芋のきんぴら ほうれん草のおかか和え 麦入りごはん 味噌汁	さわら・▲チーズ かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・もやし・しめじ 白菜・玉ねぎ	油 じゃが芋・油・砂糖・白ごま 米(国産)・押麦	塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
29	金	白い風船ミルククリーム お茶	鶏肉のオイスターソース焼 ブロッコリーソテー 春雨サラダ ごはん 中華スープ	鶏肉 フィッシュソーセージ	ブロッコリー 人参・きゅうり 大根・もやし・小松菜	小麦粉・油・砂糖 油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	塩・オイスターソース・料理酒・醤油 塩 酢・醤油 鶏がらスープ	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・ウィンナー・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 ▲牛乳
30	土	豆花クッキー お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年5月給食だより（離乳完了期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ㊟アーモンド ㊟マカダミアナッツ ㊟ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	かぼちゃポーロ お茶	こいのぼりハンバーグ ミニポテト コーンサラダ 軟飯 スープ	●/▲ハンバーグ・ちくわ	グリーンピース コーン・人参・きゅうり・キャベツ しめじ・玉ねぎ・大根	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) ミニポテト・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	トマトケチャップ 酢・塩・醤油 コンソメ	かしわもち風サンド 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩 油・こしあん・▲ホイップクリーム ▲牛乳
2	土	ハイハイ お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
7	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚フライ(焼) ブロッコリーのチキンサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	白身魚フライ チキンフレーク 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	油 砂糖・オリーブ油 米(国産) おつゆ麩	酢・塩・醤油 だし	ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・メープルシロップ ▲牛乳
8	金	ハイハイ お茶	鶏肉のおかか焼 のりの佃煮 小松菜のごまマヨ和え 軟飯 味噌汁	鶏肉・かつお節 豆腐・油揚げ・赤みそ・白みそ	のり 小松菜・もやし・人参 玉ねぎ	砂糖・小麦粉・油 砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・料理酒・本みりん 塩 だし	ハインゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろしパン ▲牛乳
9	土	かぼちゃポーロ お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		
11	月	ベビースティック お茶	高野豆腐のそぼろ丼 さつま芋の甘煮 切干大根サラダ 味噌汁	凍り豆腐・豚ひき肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・青ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 ほうれん草・キャベツ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし だし・醤油 醤油・酢・塩 だし	餃子ピザ 牛乳	ゴーヤの皮・トマトケチャップ・ウィンナー コーン・▲ミックスチーズ ▲牛乳
12	火	ハイハイ お茶	醤油ラーメン かぼちゃのチーズ焼 白菜のおかか和え フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉 ▲ミックスチーズ かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし かぼちゃ 白菜・きゅうり・コーン グレープフルーツルビー	ラーメン・油・調合ごま油 油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 醤油	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖・焼きのり 麦茶
13	水	かぼちゃポーロ お茶	豚肉のケチャップ炒め あおさポテト 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン あおさのり 白菜・大根 パイン(缶詰)	油・砂糖 じゃが芋・油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 だし	いちご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・ストロベリーソース・油 ▲牛乳
14	木	ベビースティック お茶	キーマカレー チーズサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	豚ひき肉 ▲チーズ	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参 大根・ほうれん草・えのきだけ オレンジ	米(国産)・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	シュガートースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖 ▲牛乳
15	金	野菜ハイハイ お茶	白身魚の甘辛焼 オクラの納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(バナナ)	たら 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・人参 キャベツ・玉ねぎ・かぼちゃ バナナ	砂糖・油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油 だし	大学芋(焼) 牛乳	さつま芋・油・本みりん 砂糖・黒ごま ▲牛乳
16	土	ハイハイ お茶	根菜うどん	豚肉	ごぼう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
18	月	かぼちゃポーロ お茶	★ソースカツ丼(焼) ひじきサラダ 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	●トンカツ ツナフレーク 赤みそ・白みそ	ひじき・コーン・きゅうり 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋	ウスターソース・醤油・料理酒・本みりん だし・醤油・本みりん だし	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 砂糖・きな粉 ▲牛乳
19	火	野菜ハイハイ お茶	五目あんかけうどん かぼちゃの旨煮 大根と胡瓜の甘酢和え フルーツ(バナナ)	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布 かぼちゃ 大根・きゅうり・人参 バナナ	うどん・でん粉 砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 酢・醤油	小松菜の混ぜおにぎり お茶	米(国産)・小松菜・人参・調合ごま油 塩・醤油・砂糖・白ごま 麦茶
20	水	ハイハイ お茶	豆腐ハンバーグ ツナサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ(グレープフルーツ)	●豆腐野菜ハンバーグ ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 酢・塩・醤油 だし	ちんすこう風 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 ▲牛乳
21	木	ベビースティック お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー 花野菜サラダ 軟飯 スープ	たら	玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・人参 キャベツ・チンゲン菜・しめじ	小麦粉・▲バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	「カルピス」のゼリー お茶	寒天 ▲カルピス 麦茶
22	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉の味噌焼 キャベツのマヨ和え 軟飯 ★ばち汁 フルーツ(オレンジ)	鶏肉・白みそ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・大根・人参・青ねぎ オレンジ	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) そうめん・油	本みりん・料理酒 だし・醤油・塩	ツナサンド 牛乳	▲食パン・ツナフレーク 玉ねぎ・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳
23	土	野菜ハイハイ お茶	五目チャーハン スープ	ウィンナー	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ 青ねぎ・わかめ・大根	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
25	月	ハイハイ お茶	サーモンの塩焼 がんもの煮物 ほうれん草とちくわの和え物 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン がんもどき ちくわ 赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん ほうれん草・コーン キャベツ・玉ねぎ・かぼちゃ	砂糖 米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	コンソメポテトフライ(焼) 牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ ▲牛乳
26	火	野菜ハイハイ お茶	★豚肉のブルコギ マカロニサラダ 軟飯 中華スープ フルーツ(パイン缶)	豚肉 豆腐	玉ねぎ・人参・もやし・しめじ・ピーマン・おろしりんご・しょうが・にんにく 人参・きゅうり 大根・小松菜 パイン(缶詰)	砂糖・調合ごま油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	料理酒・醤油 鶏がらスープ	かぼちゃのハンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・かぼちゃ ▲牛乳
27	水	かぼちゃポーロ お茶	ツナときのこの和風スバゲティ コーンサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ツナフレーク ●ハム	しめじ・えのきだけ・小松菜・人参・玉ねぎ・にんにく きゅうり・キャベツ 大根・さやいんげん・人参 バナナ	スバゲティ・油 砂糖・オリーブ油	醤油・めんつゆ 酢・塩・醤油 コンソメ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
28	木	ハイハイ お茶	さわらのチーズ焼き じゃが芋のきんぴら ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁	さわら・▲チーズ かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・もやし・しめじ 白菜・玉ねぎ	油 じゃが芋・油・砂糖・白ごま 米(国産)	塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
29	金	野菜ハイハイ お茶	鶏肉のオイスターソース焼 ブロッコリーソテー 春雨サラダ 軟飯 中華スープ	鶏肉 フィッシュソーセージ	ブロッコリー 人参・きゅうり 大根・もやし・小松菜	小麦粉・油・砂糖 油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	塩・オイスターソース・料理酒・醤油 塩 酢・醤油	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・ウィンナー・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 ▲牛乳
30	土	ベビースティック お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年5月給食だより（離乳後期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ①アーモンド ②マカダミアナッツ ③ヒスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 人参ときゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・だし昆布 人参・きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
2	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
7	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 ブロッコリー  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
8	金	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のおかか和え 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 かつお節  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・だし昆布  人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	土	かぼちゃポーロ お茶	根菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつまいも・でん粉	醤油		
11	月	ベビースティック お茶	さつまいものそぼろ煮 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参  ほうれん草・だし昆布	さつまいも 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
12	火	ハイハイ お茶	煮込みうどん かぼちゃの旨煮 チンゲン菜と玉ねぎのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ	うどん	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
13	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが 白菜ときゅうりの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり・だし昆布  大根・人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
14	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
15	金	野菜ハイハイ お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布  キャベツ・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつまいも お茶	さつまいも 麦茶
16	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
18	月	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 きゅうり・人参  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
19	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 蒸しかぼちゃ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・ほうれん草・だし昆布 大根・だし昆布 かぼちゃ	うどん	醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
20	水	ハイハイ お茶	ツナと野菜の煮物 キャベツときゅうりのお浸し 5倍がゆ スープ	ツナフレーク	ほうれん草・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーのあおさ煮 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・あおさのり  玉ねぎ・チンゲン菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
22	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根ときゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・きゅうり・だし昆布  人参・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
23	土	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
25	月	ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
26	火	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  大根・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
27	水	かぼちゃポーロ お茶	ツナ野菜うどん 大根の旨煮 きゅうりとキャベツの煮浸し	ツナフレーク	小松菜・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
28	木	ハイハイ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	さつまいものパンがゆ お茶	パン粉・さつまいも ▲スキムミルク 麦茶
29	金	野菜ハイハイ お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参ともやしのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・もやし・だし昆布  大根・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
30	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・人参・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年5月給食だより（離乳中期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ①アーモンド ②マカダミアナッツ ③ヒスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 人参ときゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・だし昆布 人参・きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
2	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
7	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 ブロッコリー  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
8	金	ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のおかか和え 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 かつお節  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・だし昆布  人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
9	土	かぼちゃポーロ お茶	根菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつまいも・でん粉	醤油		
11	月	ベビースティック お茶	さつまいものそぼろ煮 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参  ほうれん草・だし昆布	さつまいも 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
12	火	ハイハイ お茶	煮込みうどん かぼちゃの旨煮 チンゲン菜と玉ねぎのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ	うどん	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
13	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが 白菜ときゅうりの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり・だし昆布  大根・人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
14	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
15	金	野菜ハイハイ お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布  キャベツ・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつまいも お茶	さつまいも 麦茶
16	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
18	月	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 きゅうり・人参  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
19	火	野菜ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 蒸しかぼちゃ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・ほうれん草・だし昆布 大根・だし昆布 かぼちゃ	うどん	醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
20	水	ハイハイ お茶	ツナと野菜の煮物 キャベツときゅうりのお浸し 7倍がゆ スープ	ツナフレーク	ほうれん草・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーのあおさ煮 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・あおさのり  玉ねぎ・チンゲン菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
22	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根ときゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・きゅうり・だし昆布  人参・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
23	土	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
25	月	ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
26	火	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布  大根・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
27	水	かぼちゃポーロ お茶	ツナ野菜うどん 大根の旨煮 きゅうりとキャベツの煮浸し	ツナフレーク	小松菜・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・キャベツ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
28	木	ハイハイ お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	さつまいものパンがゆ お茶	パン粉・さつまいも ▲スキムミルク 麦茶
29	金	野菜ハイハイ お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参ともやしのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・もやし・だし昆布  大根・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
30	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	ほうれん草・人参・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年5月給食だより（離乳初期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ㊦アーモンド ㊧マカダミアナッツ ㊨ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	金	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 大根のペースト		キャベツ 人参 大根	米(国産)	
2	土	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 人参のペースト キャベツのペースト		玉ねぎ 人参 キャベツ	米(国産)	
7	木	10倍がゆ 人参のペースト ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		人参 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
8	金	10倍がゆ 人参のペースト 小松菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 小松菜	米(国産)	
9	土	10倍がゆ さつまいものペースト 人参のペースト 大根のペースト		人参 大根	米(国産) さつまいも	
11	月	10倍がゆ さつまいものペースト キャベツのペースト ほうれん草のペースト		キャベツ ほうれん草	米(国産) さつまいも	
12	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 白菜のペースト		かぼちゃ 人参 白菜	米(国産)	
13	水	10倍がゆ じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト 大根のペースト		玉ねぎ 大根	米(国産) じゃが芋	
14	木	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		キャベツ 人参 ほうれん草	米(国産)	
15	金	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		かぼちゃ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
16	土	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		大根 人参 ほうれん草	米(国産)	
18	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		きゅうり 人参	米(国産) じゃが芋	
19	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト 大根のペースト		かぼちゃ ほうれん草 大根	米(国産)	
20	水	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
21	木	10倍がゆ 玉ねぎのペースト カリフラワーのペースト 人参のペースト		玉ねぎ カリフラワー 人参	米(国産)	
22	金	10倍がゆ 大根のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		大根 キャベツ 人参	米(国産)	
23	土	10倍がゆ 大根のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		大根 玉ねぎ 人参	米(国産)	
25	月	10倍がゆ かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト		かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草	米(国産)	
26	火	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト	豆腐	人参 小松菜	米(国産)	
27	水	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト		大根 人参 きゅうり	米(国産)	
28	木	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		人参 ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
29	金	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		ブロッコリー 人参 玉ねぎ	米(国産)	
30	土	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		ほうれん草 人参 玉ねぎ	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。