



メニュー表



2026年05月

香芝市立認定こども園真美ヶ丘東幼稚園 2号

日付	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
1日 (金)	ケチャップライス 牛肉入りコロッケ ブロッコリー添え 野菜スープ 牛乳 	精白米 三温糖 きび砂糖 じゃがいも パン粉	鶏肉 豚肉 牛肉 牛乳	トマトケチャップ たまねぎ にんじん レーズン ブロッコリー キャベツ	ココアパンケーキ (ホイップ添え) 	561	17.2	16.8	1.7
 こどもの日お祝いメニュー♪									
2日 (土)	けんちゃん風うどん 野菜入りつくね 二色サラダ	うどん 三温糖 きび砂糖 マヨレ	豚肉 油揚げ 鶏肉	だいこん にんじん キャベツ トマトケチャップ ブロッコリー		374	14.9	13.5	2
7日 (木)	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 焼き厚揚げ 春雨の和え物 味噌汁(麩・わかめ) 牛乳	精白米 三温糖 きび砂糖 はるさめ 酢 ごま油 麩	豚肉 厚揚げ わかめ 味噌 牛乳	しょうが たまねぎ にんじん ほうれん草	ちんすこう	628	20.8	23.8	1.4
8日 (金)	大豆ミートのキーマカレー 野菜のごま風味サラダ マスカットゼリー 牛乳 	精白米 カールウ マヨレ ごま マスカットゼリー	豚肉 大豆ミート 牛乳	たまねぎ にんじん キャベツ	お麩ラスク	616	17	18.9	1.4
9日 (土)	ご飯 ハンバーグ(照焼きソース) ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(玉ねぎ・人参)	精白米 片栗粉 マヨレ	鶏肉 豚肉 味噌	たまねぎ ブロッコリー ホールコーン にんじん		357	13.2	9.6	1.1
11日 (月)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き キャベツ添え ジャーマンポテト すまし汁(大根・ねぎ) 牛乳	精白米 きび砂糖 じゃがいも 油	鶏肉 味噌 ベーコン 牛乳	キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん ねぎ	コーンマヨパン	522	20.4	17.6	1.4
12日 (火)	焼きそば 甘芋 ブロッコリーサラダ わかめスープ 牛乳	中華めん 三温糖 油 さつまいも きび砂糖 ごま油	豚肉 わかめ 牛乳	キャベツ にんじん ブロッコリー	のりおにぎり	518	16.8	16	1.9
13日 (水)					ジャムサンド(ブルーベリー)	126	4.1	1.8	0.3
14日 (木)	ご飯 ハンバーグ(デミタソース) マカロニソテー キャベツのサラダ 味噌汁(油揚げ・わかめ) 牛乳	精白米 ハヤシルウ マカロニ 油 マヨレ ごま	鶏肉 豚肉 青のり 油揚げ わかめ 味噌 牛乳	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり	ポテトのソフトクッキー	547	18.9	19.3	1.1
15日 (金)	わかめご飯 ほっけのみりん焼き 金平にんじん 彩りサラダ 味噌汁(麩・えのき) 牛乳	精白米 三温糖 ごま ごま油 きび砂糖 油 酢 アマニ油 麩	わかめ ほっけ 油揚げ 味噌 牛乳	にんじん だいこん キャベツ ブロッコリー ホールコーン えのきたけ	おぐらケーキ	589	21.4	15.9	2.2



メニュー表



2026年05月

香芝市立認定こども園真美ヶ丘東幼稚園 2号

日付	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
16日 (土)	ご飯 鶏肉の香味揚げ ビーフン 味噌汁(豆腐・わかめ)	精白米 片栗粉 油 ビーフン ごま油	鶏肉 青のり ツナ 豆腐 わかめ 味噌	しょうが にんにく キャベツ にんじん いんげん		425	16.5	15	1.1
18日 (月)	ご飯 鶏肉の照り焼き(のり風味) キャベツ添え ひじきの煮付け 味噌汁(大根・人参) 牛乳	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖	鶏肉 のり ひじき 鶏肉 味噌 牛乳	キャベツ にんじん だいこん	りんごゼリー カル鉄ココアスティック	513	20.3	16.1	1.4
19日 (火)	ご飯 メンチカツ ケチャップパスタ 野菜のごま風味サラダ 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ) 牛乳	精白米 パン粉 スパゲッティ きび砂糖 油 ごま	鶏肉 豚肉 油揚げ 味噌 牛乳	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん	パンケーキ(ケキシロップ)	572	17.7	17.9	1.9
20日 (水)	ご飯 回鍋肉 もやしの信田和え わかめスープ バナナ 牛乳	精白米 三温糖 片栗粉 きび砂糖	豚肉 味噌 油揚げ わかめ 牛乳	にんじん キャベツ もやし ほうれん草 バナナ	スイートポテト	558	18.6	17	1
21日 (木)	ご飯 赤魚の黄金焼き 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ 味噌汁(もやし・ねぎ) 牛乳	精白米 三温糖 マヨレ きび砂糖 はるさめ 酢 ごま油 アマニ油	赤魚 高野豆腐 味噌 牛乳	トマトケチャップ にんじん たまねぎ いんげん きゅうり もやし ねぎ	きつねおにぎり	515	20.9	11.1	1.7
22日 (金)	カレーライス コールスローサラダ ピーチゼリー 牛乳	精白米 じゃがいも カレールウ マヨレ きび砂糖 酢 ピーチゼリー	豚肉 牛乳	たまねぎ にんじん キャベツ	うどん	611	15.6	14.4	2.2
23日 (土)	豚丼 いんげんのごまマヨ和え 味噌汁(麩・キャベツ)	精白米 三温糖 マヨレ ごま 麩	豚肉 ツナ 味噌	しょうが たまねぎ にんじん いんげん ホールコーン キャベツ		467	15.9	14.6	1.3
25日 (月)	ご飯 鶏肉の唐揚げ キャベツ添え 野菜の金平 味噌汁(油揚げ・わかめ) 牛乳	精白米 片栗粉 油 きび砂糖 三温糖 ごま	鶏肉 油揚げ わかめ 味噌 牛乳	しょうが にんにく キャベツ にんじん ごぼう いんげん	クッキー(レーズン)	575	20.9	21.1	1.4
26日 (火)	中華飯 青のりポテト マスカットゼリー 牛乳	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 じゃがいも マスカットゼリー	豚肉 青のり 牛乳	たまねぎ にんじん はくさい	ヨーグルト(いちごジャム) クラッカー	559	14.9	14.6	1.5
27日 (水)	ご飯 豆腐ハンバーグ(ケチャップソース) 鶏レバーの甘辛煮 マカロニサラダ 味噌汁(もやし・人参)	精白米 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨレ	鶏肉 豆腐 味噌 牛乳	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん もやし	蒸しパン(さつま芋)	513	19.1	11.4	1.4



メニュー表



2026年05月

香芝市立認定こども園真美ヶ丘東幼稚園 2号

日付	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
28日 (木)	ロールパン 白身魚フライ カレービーンズ もやしのサラダ 野菜スープ 牛乳	パン パン粉 油 カールウ きび砂糖	たら 大豆 豚肉 鶏肉 牛乳	たまねぎ にんじん もやし きゅうり ほうれん草	菜めしおにぎり	473	19.1	16.9	1.6
29日 (金)	ご飯 豚肉の生姜炒め 焼きかぼちゃ 野菜のごま和え 味噌汁(麩・わかめ) 牛乳	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 ごま 麩	豚肉 わかめ 味噌 牛乳	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ キャベツ ブロッコリー	ピザ風トースト	629	24.8	21	1.9
30日 (土)	ハヤシライス ミネラルサラダ	精白米 じゃがいも ハヤシルウ きび砂糖	豚肉 スキムミルク わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ		466	12.1	11.7	1.7
平均						559	19.1	17.0	1.6

※土曜日の栄養価は含まれておりません。
 ※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。