

2026



5月の献立



東かわぐちポポロ保育園
初期 6~7ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
1	金	チンゲン菜・人参かゆペースト 白菜ペースト	米 チンゲン菜 人参 白菜
2	土	かゆペースト ジャガ芋ペースト	米 ジャガ芋
4	月	休園 みどりの日	
5	火	休園 こどもの日	
6	水	休園 振替休日	
7	木	かゆペースト 人参ペースト	米 人参
8	金	かゆペースト さつま芋ペースト	米 さつま芋
9	土	かゆペースト チンゲン菜ペースト	米 チンゲン菜
11	月	かゆペースト 白糸タラペースト	米 白糸タラ
12	火	かゆペースト 豆腐ペースト	米 豆腐
13	水	かゆペースト カラスカレイペースト バナナペースト	米 カラスカレイ バナナ
14	木	かゆペースト 大根ペースト	米 大根
15	金	かゆペースト チンゲン菜ペースト	米 チンゲン菜
16	土	かゆペースト ジャガ芋ペースト	米 ジャガ芋
18	月	かゆペースト 野菜煮ペースト	米 人参 ジャガ芋
19	火	かゆペースト かぼちゃペースト	米 かぼちゃ
20	水	かゆペースト 豆腐ペースト	米 豆腐
21	木	かゆペースト 人参ペースト	米 人参
22	金	かゆペースト さつま芋ペースト	米 さつま芋
23	土	かゆペースト チンゲン菜ペースト	米 チンゲン菜
25	月	かゆペースト 白糸タラペースト	米 白糸タラ
26	火	かゆペースト 豆腐ペースト	米 豆腐
27	水	かゆペースト カラスカレイペースト バナナペースト	米 カラスカレイ バナナ
28	木	かゆペースト 大根ペースト	米 大根
29	金	かゆペースト チンゲン菜ペースト	米 チンゲン菜
30	土	かゆペースト ジャガ芋ペースト	米 ジャガ芋

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



5月の献立



東かわぐちポポロ保育園

中期 8～9ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
1	金	チンゲン菜・人参かゆ 鶏肉と白菜のとりみ煮 みそ汁	米 チンゲン菜 人参 鶏肉 玉ねぎ 白菜 焼ふ
2	土	かゆ 鶏肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 キャベツ 卵黄 じゃが芋
4	月	休園 みどりの日	
5	火	休園 こどもの日	
6	水	休園 振替休日	
7	木	かゆ 鮭と玉ねぎのだし煮 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ
8	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉子と白菜のサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ 三色ピーマン 卵黄 白菜 さつま芋 粉ミルク
9	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮 人参のだし煮 鶏汁	米 玉ねぎ チンゲン菜 卵黄 人参 鶏肉 なす
11	月	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 鶏肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁	米 白糸タラ 人参 鶏肉 卵黄 大根 インゲン じゃが芋 焼ふ
12	火	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 玉ねぎ
13	水	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 かぼちゃのほくほく煮 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ パナナ
14	木	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄 キャベツ 大根
15	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 焼ふ
16	土	かゆ 鶏肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 キャベツ 卵黄 じゃが芋
18	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 きゅうり
19	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉とかぼちゃのとりみ煮 みそ汁	米 助宗タラ 玉ねぎ 鶏肉 かぼちゃ 人参 花ふ
20	水	かゆ 豆腐と鶏肉のとりみ煮 野菜の玉子とじ煮 みそ汁	米 豆腐 鶏肉 キャベツ 人参 卵黄 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋
21	木	かゆ 鮭と玉ねぎのだし煮 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ
22	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉子と白菜のサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリーンアスパラ 卵黄 白菜 さつま芋 粉ミルク
23	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮 人参のだし煮 鶏汁	米 玉ねぎ チンゲン菜 卵黄 人参 鶏肉 なす
25	月	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 鶏肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁	米 白糸タラ 人参 鶏肉 卵黄 大根 インゲン じゃが芋 焼ふ
26	火	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 玉ねぎ
27	水	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 かぼちゃのほくほく煮 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ パナナ
28	木	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄 キャベツ 大根
29	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 焼ふ
30	土	かゆ 鶏肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 キャベツ 卵黄 じゃが芋

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



5月の献立



東かわぐちポポロ保育園

後期 10～11ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
1	金	チンゲン菜・人参かゆ 鶏肉と白菜のとりみ煮 みそ汁	米 チンゲン菜 人参 鶏肉 玉ねぎ 白菜 焼ふ
2	土	かゆ 豚肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 豚肉 大根 人参 キャベツ 玉子 しめじ じゃが芋
4	月	休園 みどりの日	
5	火	休園 こどもの日	
6	水	休園 振替休日	
7	木	かゆ 鮭と玉ねぎのだし煮 豚肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 豚肉 チンゲン菜 人参 焼ふ
8	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉子と白菜のサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ 三色ピーマン 玉子 白菜 ぶなしめじ さつまいも 粉ミルク
9	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮 人参のだし煮 豚汁	米 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 人参 豚肉 なす
11	月	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁	米 白糸タラ 人参 豚肉 玉子 大根 インゲン じゃが芋 焼ふ
12	火	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 玉ねぎ
13	水	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ もやし カットワカメ パナナ
14	木	かゆ 豚肉と野菜ののり玉子とじ煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 玉子 キャベツ 大根
15	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 もやしとチンゲン菜サラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 焼ふ
16	土	かゆ 豚肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 豚肉 大根 人参 キャベツ 玉子 しめじ じゃが芋
18	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 きゅうり
19	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豚肉とかぼちゃののり玉子とじ煮 みそ汁	米 助宗タラ 玉ねぎ 豚肉 かぼちゃ 人参 花ふ
20	水	かゆ 豆腐と鶏肉のとりみ煮 野菜の玉子とじ煮 みそ汁	米 豆腐 鶏肉 キャベツ 人参 玉子 玉ねぎ 小松菜 カットワカメ じゃが芋
21	木	かゆ 鮭と玉ねぎのだし煮 豚肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 豚肉 チンゲン菜 人参 焼ふ
22	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉子と白菜のサラダ みるくスープ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 スナップエンドウ グリーンアスパラ 玉子 白菜 ぶなしめじ さつまいも 粉ミルク
23	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮 人参のだし煮 豚汁	米 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 人参 豚肉 なす
25	月	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁	米 白糸タラ 人参 豚肉 玉子 大根 インゲン じゃが芋 焼ふ
26	火	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 玉ねぎ
27	水	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ もやし カットワカメ パナナ
28	木	かゆ 豚肉と野菜ののり玉子とじ煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 玉子 キャベツ 大根
29	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 もやしとチンゲン菜サラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 焼ふ
30	土	かゆ 豚肉と大根煮 キャベツの玉子とじ煮 みそ汁	米 豚肉 大根 人参 キャベツ 玉子 しめじ じゃが芋

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



5月の献立



東かわぐちポポロ保育園

乳児食

日	曜日	昼食		午後おやつ	エネルギー たんぱく質
		献立名	材料		
1	金	牛乳 せんべい	《イベント給食》ちまき風混ぜだみごはん こいのぼりハンバーグ みそ汁 オレンジ	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	462kcal 18.2g
2	土	牛乳 ビスケット	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	牛乳 鶏うどん	483kcal 22.6g
4	月	休園 みどりの日			
5	火	休園 こどもの日			
6	水	休園 振替休日			
7	木	牛乳 ビスケット	ご飯 鮭のコーンクリームチーズ焼き 豚肉と野菜のごま煮 みそ汁 みかん	牛乳 ジャムおから蒸しパン	496kcal 20.9g
8	金	牛乳 せんべい	スパゲティナポリタン 白菜と玉子サラダ みるくスープ	牛乳 鉄強化チーズ しらすおかおかにぎり	501kcal 19.7g
9	土	牛乳 ビスケット	ご飯 ツナ入り玉子焼き ひじきと粉豆腐煮 豚汁 みかん	牛乳 かぼちゃまんじゅう	544kcal 21.6g
11	月	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁 アップルゼリー	牛乳 セサミビスコッティ	501kcal 19.4g
12	火	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	牛乳 鶏肉の炊き込みご飯	495kcal 22.9g
13	水	牛乳 せんべい	ご飯 カラスカレイのから揚げ かぼちゃ煮 みそ汁 バナナ	牛乳 オレンジ カラメル風おふラスク	424kcal 12.8g
14	木	牛乳 ビスケット	天津飯風 キャベツのごまサラダ みそ汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	525kcal 20.3g
15	金	牛乳 せんべい	ご飯 鶏ハンバーグ もやしのツナサラダ みそ汁	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	462kcal 17.9g
16	土	牛乳 ビスケット	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	牛乳 鶏うどん	483kcal 22.6g
18	月	牛乳 せんべい	チキンカレーライス 切干大根ときゅうりのマヨ和え オレンジ	牛乳 レーズン甘食風	544kcal 16.7g
19	火	牛乳 ビスケット	ひじきご飯 助宗タラのてり焼き かぼちゃと豚肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー	牛乳 米粉みそ蒸しパン	517kcal 19.0g
20	水	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐と鶏肉のとりみ煮 チャブチェ(春雨の炒め物) みそ汁	牛乳 洋ナシ寒天 おこめリング	457kcal 18.1g
21	木	牛乳 ビスケット	ご飯 鮭のコーンクリームチーズ焼き 豚肉と野菜煮 みそ汁 ヨーグルト	牛乳 ジャムおから蒸しパン	499kcal 21.7g
22	金	牛乳 せんべい	《イベント給食》春野菜のスパゲティナポリタン 白菜と玉子サラダ みるくスープ	牛乳 鉄強化チーズ しらすおかおかにぎり	503kcal 19.8g
23	土	牛乳 ビスケット	ご飯 ツナ入り玉子焼き ひじきと粉豆腐煮 豚汁 みかん	牛乳 かぼちゃまんじゅう	544kcal 21.6g
25	月	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁 アップルゼリー	牛乳 セサミビスコッティ	502kcal 19.4g
26	火	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	牛乳 鶏肉の炊き込みご飯	495kcal 22.9g
27	水	牛乳 せんべい	ご飯 カラスカレイのから揚げ かぼちゃ煮 みそ汁 バナナ	牛乳 オレンジ カラメル風おふラスク	424kcal 12.8g
28	木	牛乳 ビスケット	天津飯風 キャベツのごまサラダ みそ汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	525kcal 20.3g
29	金	牛乳 せんべい	ご飯 鶏ハンバーグ もやしのツナサラダ みそ汁	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	462kcal 17.9g
30	土	牛乳 ビスケット	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	牛乳 鶏うどん	483kcal 22.6g

栄養士 柴岡 眞由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



5月の献立



東かわぐちボポロ保育園

幼児食

日	曜日	昼食		午後おやつ	エネルギー たんぱく質
		献立名	材料		
1	金	《イベント給食》ちまき風混ぜ込みごはん こいのぼりハンバーグ みそ汁 オレンジ	米 ツナフレーク缶 チンゲン菜 人参 オイスターソース 鶏肉 玉ねぎ 牛乳 白菜 青ネギ 焼ふ オレンジ	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	547kcal 21.8g
2	土	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	米 ふりかけ 豚肉 大根 人参 玉子 キャベツ あおさ粉 しめじ じゃが芋	牛乳 鶏うどん	583kcal 27.6g
4	月	休園 みどりの日			
5	火	休園 こどもの日			
6	水	休園 振替休日			
7	木	ご飯 鮭のコーンクリームチーズ焼き 豚肉と野菜のごま煮 みそ汁 みかん	米 鮭 クリームコーン缶 スライスチーズ 玉ねぎ パセリ粉 豚肉 チンゲン菜 人参 いら胡麻 焼ふ ゴボウ みかん	牛乳 ジャムおから蒸しパン	594kcal 25.3g
8	金	スパゲティナポリタン 白菜と玉子サラダ みるくスープ	スパゲッティ 鶏肉 玉ねぎ 三色ピーマン 玉子 白菜 ぶなしめじ さつまい 牛乳	牛乳 鉄強化チーズ しらすおかかおにぎり	598kcal 23.9g
9	土	ご飯 ツナ入り玉子焼き ひじきと粉豆腐煮 豚汁 みかん	米 ツナフレーク缶 玉ねぎ 玉子 チンゲン菜 人参 ひじき 粉とうふ 豚肉 なす 油揚げ みかん	牛乳 かぼちゃまんじゅう	658kcal 26.2g
11	月	ふりかけごはん 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁 アップルゼリー	米 ふりかけ 白糸タラ 人参 豚肉 大根 インゲン 玉子 じゃが芋 焼ふ アップルジュース 粉寒天	牛乳 セサミビスコッティ	602kcal 23.3g
12	火	ご飯 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 油揚げ 玉ねぎ	牛乳 鶏肉の炊き込みご飯	599kcal 28.0g
13	水	ご飯 カラスカレイのから揚げ かぼちゃ煮 みそ汁 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 万能ねぎ もやし カットワカメ パナナ	牛乳 オレンジ カラメル風おふラスク	508kcal 14.6g
14	木	天津飯風 キャベツのごまサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 玉子 グリンピース キャベツ コーン いら胡麻 大根 長ねぎ	牛乳 ヨーグルトケーキ	633kcal 24.5g
15	金	ご飯 鶏ハンバーグ もやしのツナサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 牛乳 人参 もやし ツナフレーク缶 チンゲン菜 万能ねぎ 焼ふ	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	547kcal 21.5g
16	土	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	米 ふりかけ 豚肉 大根 人参 玉子 キャベツ あおさ粉 しめじ じゃが芋	牛乳 鶏うどん	583kcal 27.6g
18	月	チキンカレーライス 切干大根ときゅうりのマヨ和え オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 切干大根 きゅうり コーン オレンジ	牛乳 レーズン甘食風	660kcal 19.7g
19	火	ひじきご飯 助宗タラのてり焼き かぼちゃと豚肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー	米 ひじき 助宗タラ 玉ねぎ パセリ かぼちゃ 豚肉 人参 花ふ 油揚げ アップルジュース 粉寒天	牛乳 米粉みそ蒸しパン	628kcal 22.8g
20	水	ご飯 豆腐と鶏肉のとりみ煮 チャプチェ(春雨の炒め物) みそ汁	米 豆腐 鶏肉 キャベツ 人参 玉子 春雨 玉ねぎ 小松菜 カットワカメ じゃが芋	牛乳 洋ナシ寒天 おこめリング	552kcal 21.7g
21	木	ご飯 鮭のコーンクリームチーズ焼き 豚肉と野菜煮 みそ汁 ヨーグルト	米 鮭 クリームコーン缶 スライスチーズ 玉ねぎ パセリ 豚肉 チンゲン菜 人参 いら胡麻 焼ふ ごぼう ヨーグルト	牛乳 ジャムおから蒸しパン	599kcal 26.4g
22	金	《イベント給食》春野菜のスパゲティナポリタン 白菜と玉子サラダ みるくスープ	スパゲッティ 鶏肉 玉ねぎ 人参 スナップエンドウ グリーンアスパラ 玉子 白菜 ぶなしめじ さつまい 牛乳	牛乳 鉄強化チーズ しらすおかかおにぎり	601kcal 24.0g
23	土	ご飯 ツナ入り玉子焼き ひじきと粉豆腐煮 豚汁 みかん	米 ツナフレーク缶 玉ねぎ 玉子 チンゲン菜 人参 ひじき 粉とうふ 豚肉 なす 油揚げ みかん	牛乳 かぼちゃまんじゅう	658kcal 26.2g
25	月	ふりかけごはん 白糸タラのパン粉焼き 豚肉と大根の玉子とじ煮 みそ汁 アップルゼリー	米 ふりかけ 白糸タラ 人参 豚肉 大根 インゲン 玉子 じゃが芋 焼ふ アップルジュース 粉寒天	牛乳 セサミビスコッティ	604kcal 23.3g
26	火	ご飯 鶏肉と白菜のみそ煮 豆腐サラダ すまし汁	米 鶏肉 白菜 小松菜 豆腐 きゅうり 人参 パプリカ 油揚げ 玉ねぎ	牛乳 鶏肉の炊き込みご飯	599kcal 28.0g
27	水	ご飯 カラスカレイのから揚げ かぼちゃ煮 みそ汁 パナナ	米 カラスカレイ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 万能ねぎ もやし カットワカメ パナナ	牛乳 オレンジ カラメル風おふラスク	508kcal 14.6g
28	木	天津飯風 キャベツのごまサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 玉子 グリンピース キャベツ コーン いら胡麻 大根 長ねぎ	牛乳 ヨーグルトケーキ	633kcal 24.5g
29	金	ご飯 鶏ハンバーグ もやしのツナサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 牛乳 人参 もやし ツナフレーク缶 チンゲン菜 万能ねぎ 焼ふ	牛乳 ウエハース きな粉豆乳寒天	547kcal 21.5g
30	土	ふりかけごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツと玉子のあおさ炒め みそ汁	米 ふりかけ 豚肉 大根 人参 玉子 キャベツ あおさ粉 しめじ じゃが芋	牛乳 鶏うどん	583kcal 27.6g

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。