



5月の給食だよ

令和8年度 やまぐち保育園

《4月～6月のテーマ》

楽しく食べる

《献立作成上の考慮》

見た目にも注意し、食欲をそとるような献立を工夫する。

《行事食》

29日(金) 誕生会

※ご飯はいりません。

※園では年齢に応じて牛乳を1人当たり50～200ml飲んでいきます。

日	曜	3歳未満児			副 食			3時のおやつ
		朝のおやつ	牛乳	主 食				
1	金	ココアミルクゼリー	牛乳	麦ごはん	肉じゃが	ひじきの和風サラダ	揚げぎょうざ (ほし:焼きぎょうざ)	こいのぼりクッキー・いりこ
2	土	乳ボーロ	ヤクルト	パン	スタミナスープ	シソマヨサラダ	ちくわの甘煮	
7	木	黒糖みるく	ヤクルト	麦ごはん	じゃが芋の味噌汁	ひじきの炒め煮	魚の洋風ごま照り焼き	チーズまんじゅう・いりこ
8	金	りんご	牛乳	麦ごはん	八宝菜	切り干しの中華和え	かぼちゃの天ぷら	チョコサンド・いりこ (ほし:ジャムサンド)
9	土	ビスコ	R-1	パン	クリームシチュー	春雨サラダ	はんぺんのチーズ焼き	
11	月	白い風船	ヤクルト	麦ごはん	かき玉汁	もやしのナムル	ハンバーグ	じゃがちゃん・いりこ
12	火	バナナ	牛乳	麦ごはん	ハヤシライス	ごぼうとコーンのサラダ	スクランブルエッグ	メロンラスク・いりこ
13	水	ウエハース	R-1	パン	コンソメスープ	ラザニア	いんげんの味噌マヨ和え	カレーおやき
14	木	黄粉芋	牛乳	麦ごはん	麻婆春雨	ごまネーズサラダ	わんぱくじゃこ天	ホットケーキ
15	金	クラッカーサンド	牛乳	麦ごはん	豆腐の味噌汁	マセドアンサラダ	魚のごま焼きサクサク	カルピスマース・せんべい
16	土	ムーンライト	ヤクルト	パン	かぼちゃのくず煮	五目ビーフン	きゅうりの甘酢	
18	月	たべっ子どうぶつ	ヤクルト	パン	ぎょうざスープ	厚揚げと豚肉のカレー炒め	マッシュポテト	ちんすこう・いりこ
19	火	りんご	牛乳	麦ごはん	南関あげ丼	じゃが芋のドレッシングサラダ	魚肉ソーセージの甘辛炒め	焼きそばパン
20	水	マカロニあべ川	牛乳	パン	わかめスープ	キャベツのスパゲティ	鶏の梅みそ焼き	たこ焼き・いりこ
21	木	ぼたぼた焼き	R-1	麦ごはん	豚汁	パリパリサラダ	しゅうまい	レアチーズケーキ
22	金	ババロア	牛乳	麦ごはん	具たくさんコンソメスープ	蓮根とチーズのサラダ	魚の香り揚げ	黒糖蒸しパン・いりこ
23	土	丸ボーロ	ヤクルト	パン	ふわふわ汁	韓国風炒め物	ウインナーソーテー	
25	月	バナナ	ヤクルト	麦ごはん	すきやき風煮	五目和え	レバーの甘辛煮	ココア揚げパン・いりこ
26	火	手作りクッキー	牛乳	麦ごはん	カレーライス	シーチキンマリネ	ニラ玉	フルーツポンチ・クラッカー
27	水	雪の宿	R-1	パン	肉団子スープ	ナポリタン	ちくわのチーズ炒め	わかめおにぎり・漬物
28	木	蒸し芋	牛乳	麦ごはん	かぼちゃの味噌汁	キャベ卵炒め	魚の黄金焼き	お麩のラスク・いりこ
29	金	乳ボーロ	ヤクルト		<誕生会> おかかの混ぜご飯・唐揚げ・マカロニサラダ カニカマスープ・オレンジゼリー			スタバ風スコーン・いりこ (ほし:スコーン)
30	土	ココナッツサブレ	牛乳	パン	麻婆豆腐	しらすときゅうりの酢の物	ハムステーキ	

※ほし組は食材や調理方法に応じて献立が異なる場合があります。



おすすめレシピ

～ カルピスマース ～

【作り方】

- ① 生クリームは、八分立てに泡立てる。
- ② 2.5mlの水にゼラチンをふり入れる。
- ③ ②にお湯1.25mlを加え、よく混ぜ合わせる。
さらに、カルピスを入れ、よく混ぜ合わせる。
- ④ ③に泡立てた生クリームを少しずつ入れ、しっかりと混ぜ合わせる。
- ⑤ お好みの容器に④を入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑥ 固まったら、お好みでソースをかける。

※ゼラチンは溶け残りがないようにしてください。
子どもにも大人にも人気の冷たいおやつです。



【材料】(5～6人分)

生クリーム	180ml
ゼラチン	5g
水	2.5ml
カルピス(原液)	100ml
お湯	1.25ml
お好みのフルーツソース	適量

