

5月 献立表

令和8年

ミルキーホーム五香園

献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			3時おやつ
	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	
01 (金) そばろごはん 鶏のから揚げ ゆで野菜 すまし汁/みかん缶	米、ホットケーキミックス、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、鶏ひき肉、チーズ	みかん、プロッコリー、ねぎ、わかめ、しょうが、にんにく、のり、いんげん	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ホットケーキ
02 (土) カレーうどん キャベツとツナの和えもの デザート	うどん、片栗粉	牛乳、豚肉、油揚げ、ツナ缶	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごま	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい
07 (木) チャーハン マカロニサラダ わかめスープ みかん缶	米、マヨネーズ、油、スバゲティ	牛乳、ツナ缶	みかん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、わかめ、あおのり、コーン、キャベツ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 あおのりおにぎり
08 (金) ナポリタン コーンとささみのごまサラダ 野菜スープ オレンジ	スバゲティ、食パン、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、ベーコン、ささ身、きな粉	オレンジ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、コーン、ごま、キャベツ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 きなこサンド
09 (土) けんちんうどん コーンサラダ デザート	うどん、砂糖、油	牛乳、鶏肉	バナナ、プロッコリー、にんじん、だいごん、コーン、ねぎ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい
11 (月) ご飯 豚肉のカレー風味焼き キャベツの海苔和え みそ汁/みかん缶	米、砂糖、油、ごま油	牛乳、豚肉、みそ、ゼラチン	りんごジュース、オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、わかめ、のり、しょうが、にんにく	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい りんごゼリー
12 (火) ご飯 ポークカツレツ ほうれん草とコーンのソテー すまし汁/オレンジ	米、ホットケーキミックス、油、小麦粉、パン粉、バター、砂糖	牛乳、豚肉	オレンジ、ほうれん草、だいごん、コーン、ほうれん草、ねぎ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 カップケーキ
13 (水) ご飯 さけのみそマヨ焼き 肉じゃが みそ汁/みかん缶	米、じゃがいも、小麦粉、バター、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、さけ、豆腐、豚肉、みそ、油揚げ	みかん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、いんげん、ごま、わかめ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ショートブレッド
14 (木) ロールパン 鶏肉のケチャップ煮 プロッコリーの黒ごまサラダ 野菜スープ/バナナ	ロールパン、米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、鶏肉、しらす干し	バナナ、たまねぎ、プロッコリー、キャベツ、コーン、ピーマン、ごま、ごま	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 じゃこごまおにぎり
15 (金) ピビンバ 中華スープ ゼリー	米、ホットケーキミックス、油、ごま油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳	ほうれん草、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ごま、にんにく、しょうが	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ドーナツ
16 (土) 焼きうどん みそ汁 デザート	うどん、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、みそ、かつお節	バナナ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、わかめ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい
18 (月) ハヤシライス 白菜のサラダ ヨーグルト	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、ヨーグルト、豚肉、ハム、ゼラチン	オレンジジュース、はくさい、たまねぎ、にんじん、レモン	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい オレンジゼリー
19 (火) ご飯 マーボー豆腐 わかめナムル 中華スープ/オレンジ	米、ビーフン、片栗粉、ごま油、砂糖、油	牛乳、豆腐、豚ひき肉、みそ	オレンジ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ピーマン、しいたけ、しょうが	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ピーマン
20 (水) ご飯 かれのい香味焼き 凍り豆腐の煮物 みそ汁/みかん缶	じゃがいも、米、油、砂糖、ごま油	牛乳、かれい、凍り豆腐、みそ、油揚げ	みかん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、いんげん、しょうが、にんにく	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 フライドポテト
21 (木) ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き 焼き野菜 野菜スープ/ヨーグルト	ロールパン、米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、ヨーグルト、鶏肉、みそ	キャベツ、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、マーマレード、ごま	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 みそ焼きおにぎり
22 (金) ナポリタン コーンとささみのごまサラダ 野菜スープ バナナ	スバゲティ、食パン、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、ベーコン、ささ身、きな粉	バナナ、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、にんじん、コーン、ごま	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 きなこサンド
23 (土) けんちんうどん コーンサラダ デザート	うどん、砂糖、油	牛乳、鶏肉	バナナ、プロッコリー、にんじん、だいごん、コーン、ねぎ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい
25 (月) ご飯 豚肉のカレー風味焼き キャベツの海苔和え みそ汁/みかん缶	米、砂糖、油、ごま油	牛乳、豚肉、みそ、ゼラチン	りんごジュース、オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、わかめ、のり、しょうが、にんにく	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい りんごゼリー
26 (火) ご飯 ポークカツレツ ほうれん草とコーンのソテー すまし汁/オレンジ	米、ホットケーキミックス、油、小麦粉、パン粉、バター、砂糖	牛乳、豚肉	オレンジ、ほうれん草、だいごん、コーン、ほうれん草、ねぎ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 カップケーキ
27 (水) ご飯 さけのみそマヨ焼き 肉じゃが みそ汁/みかん缶	米、じゃがいも、小麦粉、バター、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、さけ、豆腐、豚肉、みそ、油揚げ	みかん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、いんげん、ごま、わかめ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ショートブレッド
28 (木) ロールパン 鶏肉のケチャップ煮 プロッコリーの黒ごまサラダ 野菜スープ/バナナ	ロールパン、米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、鶏肉、しらす干し	バナナ、たまねぎ、プロッコリー、キャベツ、コーン、ピーマン、ごま、ごま	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 じゃこごまおにぎり
29 (金) ピビンバ 中華スープ ゼリー	米、ホットケーキミックス、油、ごま油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳	ほうれん草、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ごま、にんにく、しょうが	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 ドーナツ
30 (土) 焼きうどん みそ汁 デザート	うどん、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、みそ、かつお節	バナナ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、わかめ	牛乳、麦茶 牛乳、麦茶 せんべい

今月の平均給与量	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
目標量	450	18	18	125	15
平均値	451	18.1	18.1	128	14

☆仕入れ食材の都合により献立が変更になる場合があります。



5月

ミルキーホーム五香園

令和8年

日 曜 日	中期お昼	後期お昼	後期おやつ
01 (金)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	麦茶 麦茶 きなこ軟飯
02 (土)	おかゆ 豚肉とたまねぎの煮物 スープ	軟飯 豚肉とたまねぎの煮物 スープ	麦茶 麦茶 おかか軟飯
07 (木)	おかゆ 豚ひきと人参の煮物 スープ	軟飯 豚ひきと人参の煮物 スープ	麦茶 麦茶 あおりの軟飯
08 (金)	おかゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とじゃがいもの煮物 スープ	麦茶 麦茶 スティックパン
09 (土)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらす軟飯
11 (月)	おかゆ 豚肉と人参の煮物 みそ汁	軟飯 豚肉と人参の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 ケチャップ軟飯
12 (火)	おかゆ 豚肉とほうれん草の煮物 スープ	軟飯 豚肉とほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 きな粉軟飯
13 (水)	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮物 みそ汁	軟飯 鮭とじゃがいもの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 おかか軟飯
14 (木)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらす軟飯
15 (金)	おかゆ 豚ひきとほうれん草の煮物 スープ	軟飯 豚ひきとほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 あおりの軟飯
16 (土)	おかゆ 豚肉と人参の煮物 みそ汁	軟飯 豚肉と人参の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 みそ軟飯
18 (月)	おかゆ 豚肉と玉ねぎの煮物 スープ	軟飯 豚肉と玉ねぎの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらす軟飯
19 (火)	おかゆ 豆腐とキャバツの煮物 スープ	軟飯 豆腐とキャバツの煮物 スープ	麦茶 麦茶 ケチャップ軟飯
20 (水)	おかゆ かれいと人参の煮物 みそ汁	軟飯 かれいと人参の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 のり軟飯
21 (木)	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 スープ	軟飯 鶏肉と玉ねぎの煮物 スープ	麦茶 麦茶 みそ軟飯
22 (金)	おかゆ 豚ひきと人参の煮物 スープ	軟飯 豚ひきと人参の煮物 スープ	麦茶 牛乳、麦茶 スティックパン
23 (土)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	麦茶 麦茶 おかか軟飯
25 (月)	おかゆ 豚肉と人参の煮物 みそ汁	軟飯 豚肉と人参の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 ケチャップ軟飯
26 (火)	おかゆ 豚肉とほうれん草の煮物 スープ	軟飯 豚肉とほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 きな粉軟飯
27 (水)	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮物 みそ汁	軟飯 鮭とじゃがいもの煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 おかか軟飯
28 (木)	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	軟飯 鶏肉とブロッコリーの煮物 スープ	麦茶 麦茶 しらす軟飯
29 (金)	おかゆ 豚ひきとほうれん草の煮物 スープ	軟飯 豚ひきとほうれん草の煮物 スープ	麦茶 麦茶 あおりの軟飯
30 (土)	おかゆ 豚肉と人参の煮物 みそ汁	軟飯 豚肉と人参の煮物 みそ汁	麦茶 麦茶 みそ軟飯

☆仕入れ食材の都合により献立が変更になる場合があります。