

# 2026年5月 明石市立幼稚園 月間献立表 (アレルギー対応食)

	月	火	水	木	金 1日
昼食					ケチャップハンバーグ スパソテー ブロッコリーのごま和え チキンサラダ シュガーさつまいも ごはん <b>★こどもの日メニュー★</b>
おやつ					こどもの日デザート
	4日	5日	6日	7日	8日
昼食				さわらのたつたあげ ほうれん草ソテー ふかし南瓜 高野豆腐の炒り煮 白菜の甘酢和え ごはん(ふりかけ)	ぶたのしょうがやき ブロッコリーのおかか和え フライドポテト ミートソースマカロニ 厚揚げの煮物 ごはん
おやつ				つぶつぶベジタブル	おにぎりせんべい銀シャリ
	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	とりのからあげ のりしお Pasta 小松菜のナムル ひじき煮 フルーツ(もも) ごはん	ハンバーグ 焼きそば風スパ ブロッコリーポイル 大根サラダ がんもの含め煮 ごはん(ふりかけ)	さわらのフライ キャベツソテーカレー風味 肉団子 かぼちゃサラダ ほうれん草と大豆のおかか和え ごはん	にくだんこのミートソースがらめ マカロニソテー ほうれん草のごま和え 鶏肉とごぼうの炒め煮 厚揚げの煮物 ごはん(ふりかけ)	とりにくのオレンジやき スパソテー 青のりポテト 小松菜と油揚げの煮物 白菜の甘酢和え ごはん
おやつ	ベジたべる	ポテコ	えびちび	たべっこベイビー	あげせん
	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	ぶたみそ炒め ほうれん草ソテー フライドポテト 人参と大豆のカレー煮 フルーツ(りんご) ごはん	にくだんごのカレーあげ のりしお Pasta 人参のおかか和え ごぼうサラダ キャベツのごま炒め ごはん(ふりかけ)	とりにくのオーロラソース マカロニソテー ブロッコリーのごま和え 白菜と厚揚げの中華風 コーンソテー ごはん	わふうハンバーグ スパソテー 人参のグラッセ風 ポテトサラダ ほうれん草とかにかまの和え物 ごはん(ふりかけ)	さわらのかば焼き風 キャベツソテー かぼちゃの天ぷら アスパラとコーンのサラダ がんもの含め煮 ごはん
おやつ	おにぎりせんべい銀シャリ	かっぱえびせん	つぶつぶベジタブル	ソフトせんべい	ポテコ <b>★旬の食材 さわら★</b>
	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	ミートボールの中華風 スパソテー 小松菜のごま和え 鶏肉野菜炒め フルーツ(みかん) ごはん	とり天 キャベツのおかか和え さつま芋の甘煮 はるさめサラダ 大根の炒め物 ごはん(ふりかけ)	さわらのみそやき ビーフソテー 肉団子 ブロッコリーのマヨサラダ 大学かぼちゃ ごはん	ポークチャップ キャベツソテー フライドポテト ツナマカロニ ほうれん草のごま和え ごはん(ふりかけ)	のり塩からあげ 焼きそば風スパ ブロッコリーポイル 金平ごぼう 白菜のおかか和え ごはん
おやつ	かっぱえびせん	たべっこベイビー	源氏パイ	おにぎりせんべい銀シャリ	ベジたべる

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。