

# 5月の献立表



日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			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	
02月	こいのぼりカレー 春キャベツとツナのサラダ グリーンマッシュポテト フルーツゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○砂糖、油	○牛乳、豚ひき肉、大豆(ゆで)、ツナ油漬缶、ちくわ、豆乳、○きな粉、のり佃煮、牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、トウモロコシ(芽ばえ)、コーン缶、きゅうり、ピーマン、グリーンアスパラガス、パセリ	○クラッカーサンド(きなこ) ○牛乳(全園児)
06金	ご飯 魚のみそ煮 ひじきと生揚げの煮物 ブロッコリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、油	○牛乳、すけとうだら、生揚げ、米みそ(甘みそ)、ひじき、牛乳	○バナナ、ブロッコリー、にんじん、しらたき、サラダ菜、いんげん	○バナナ ○牛乳(全園児)
07土	卵とじうどん かぼちゃとさつま芋のホクホク和え パイン缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆでうどん、さつまいも、バター、砂糖	○牛乳、卵、鶏肉(もも皮なし)、かまぼこ、牛乳	パイン缶、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、干しぶどう	○メロンパン ○牛乳(全園児)
09月	ご飯 鮭のバター醤油焼き ポテトサラダ 納豆のおみそ汁	米、じゃがいも、エッグゲア、バター	○牛乳、さけ、木綿豆腐、ハム、挽きわり納豆、米みそ(甘みそ)	えのきたけ、きゅうり、にんじん、サラダ菜、葉ねぎ	○かぼちゃマフィン ○牛乳(全園児)
10火	肉みそスパゲティ ウインナー入り卵焼き ブロッコリー チーズ 牛乳(全園児)	スパゲッティ、砂糖、片栗粉、油	牛乳、卵、豚ひき肉、チーズ、ウインナー、米みそ(甘みそ)、○コンデンスミルク	○いちご、たまねぎ、にんじん、もやし、ブロッコリー、グリーンピース(冷凍)	○いちごの練乳かけ
11水	麦ご飯 牛肉と根菜の煮物 えのきとちくわの中華和え お麩のみそ汁(わかめ)	米、○ホットケーキ粉、砂糖、押麦、焼ふ、○砂糖、○油、油、ごま油	○牛乳、生揚げ、牛肉(もも・赤肉)、○調製豆乳、ちくわ、米みそ(甘みそ)、刻みこんぶ、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ごぼう、えのきたけ、いんげん	○ココアマフィン ○牛乳(全園児)
12木	味パン チキンのクリームシチュー ブロッコリーとツナのサラダ パイン缶 牛乳(全園児)	味パン、じゃがいも、○砂糖	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、ツナ油漬缶、スキムミルク	○りんご天然果汁、たまねぎ、パイン缶、ブロッコリー、にんじん、パセリ	○アップルゼリー ○サンドビスケット
13金	おむすび(ゆかり) さわらの照り焼き 白和え、プチトマト バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○マカロニ、砂糖、白ごま、○油	○牛乳、さわら、木綿豆腐、○合びきミンチ、米みそ(甘みそ)、牛乳	ミニトマト、バナナ、ほうれんそう、しらたき、○たまねぎ、にんじん、サニーレタス、○ピーマン、しょうが	○マカロニボリタン ○牛乳(全園児)
14土	親子丼 青のりポテト みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、砂糖	○牛乳、卵、鶏肉(もも皮なし)、かまぼこ、あおのり、牛乳	みかん缶、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ	○ピープ ○牛乳(全園児)
16月	菜めし 鶏つくねのあんかけ(ひじき) もやしとウインナーのソテー じゃがいものみそ汁	米、じゃがいも、○ホットケーキミックス、片栗粉、○油、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、鶏ひき肉、ウインナー、○絹ごし豆腐、米みそ(赤色辛みそ)、○調製豆乳、油揚げ、ひじき	もやし、たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、ピーマン、葉ねぎ、サラダ菜	○豆腐ドーナツ ○牛乳(全園児)
17火	クロワッサン トマト肉じゃが レタスと卵のサラダ チーズ 牛乳(全園児)	じゃがいも、クロワッサン、○砂糖、コンソメ、砂糖	牛乳、○ヨーグルト(無糖)、牛ひき肉、卵、チーズ	○バナナ、たまねぎ、レタス、にんじん、トマトピューレ、コーン缶、トウモロコシ(芽ばえ)、いんげん	○バナナヨーグルト
18水	麻婆丼 春雨の酢の物(ハム) わかめスープ パイン缶	米、○小麦粉、砂糖、はるさめ、○天かす、片栗粉、白ごま、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、○ツナ油漬缶、米みそ、鶏がらスープ、カットわかめ、○あおのり	パイン缶、にんじん、たまねぎ、○キャベツ、きゅうり、○たまねぎ、にら、干しいたけ	○お好み焼き ○牛乳(全園児)

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			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	
19木	ご飯 白身魚のカレーあんかけ じゃが芋のそぼろ煮 みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○味パン、砂糖、○砂糖、○コンソメ、○油	○牛乳、すけとうだら、鶏ひき肉、○牛ひき肉、牛乳	みかん缶、たまねぎ、○たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、しょうが	○ミートパン ○牛乳(全園児)
20金	わかめごはん 高野豆腐の卵とじ スナックえんどうとベーコンのソテー 切り干し大根のみそ汁	米、焼ふ、バター、グラニュー糖、砂糖、コンソメ、油	○牛乳、卵、ベーコン、凍り豆腐、米みそ(甘みそ)、油揚げ、炊き込みわかめ	たまねぎ、にんじん、スナックえんどう、しいたけ、いんげん、葉ねぎ、切り干しだいこん	○おふのシュガーラスク ○牛乳(全園児)
21土	もやしラーメン ブロッコリーのごま和え チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆで中華めん、砂糖、白ごま	○牛乳、豚肉(もも・赤肉)、チーズ、牛乳	○バナナ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、もやし、キャベツ、コーン缶、葉ねぎ	○バナナ ○牛乳(全園児)
23月	ご飯 鶏肉のマーマレード煮 青菜の卵焼き 豆腐のみそ汁	米、砂糖、片栗粉	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、卵、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	たまねぎ、マーマレード、えのきたけ、ほうれんそう、ブロッコリー、にんじん、葉ねぎ	○米粉のカップケーキ(いちご) ○牛乳(全園児)
24火	ジャムサンド(いちご) ポテトグラタン ひじきゴママヨサラダ キウイ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	じゃがいも、食パン、○コーンフレーク、シチュールウ、エッグゲア、○無塩バター、白ごま、パン粉、砂糖	○牛乳、ベーコン、ピザ用チーズ、ツナ油漬缶、脱脂粉乳、ひじき、牛乳	キウイフルーツ、たまねぎ、にんじん、いちごジャム、しめじ、きゅうり、○干しぶどう、パセリ	○マシュマロおこし ○牛乳(全園児)
25水	おむすび(ごましお) 肉豆腐(鶏肉) ブロッコリーとコーンのソテー バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○食パン、○砂糖、砂糖、○小麦粉、油	○牛乳、焼き豆腐、鶏肉(もも皮なし)、○きな粉、牛乳	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しらたき、コーン缶、ねぎ、エリンギ、えのきたけ	○きなこトースト ○牛乳(全園児)
26木	麦ご飯 白身魚のごまみそ焼き 小松菜の磯あえ 粉ふき芋 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、押麦、砂糖、白ごま、ごま油	すけとうだら、米みそ(甘みそ)、焼きのり、かつお節、牛乳	○オレンジ・ネーブル、こまつな、にんじん、サラダ菜	○ネーブル
27金	ご飯 厚揚げのチャンプルー 胡瓜とツナの酢の物 麩のすまし汁	米、○ポップコーン、砂糖、焼ふ、○油、油、ごま油	○牛乳、生揚げ、卵、豚ひき肉、ツナ油漬缶、カットわかめ	たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、いんげん、干しいたけ	○ポップコーン(0・1歳はビスケット) ○牛乳(全園児)
28土	ブルコギ丼 じゃが芋のゆかり和え みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、砂糖、片栗粉、白ごま、ごま油	○牛乳、牛肉(もも・赤肉)、米みそ(甘みそ)、牛乳	みかん缶、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ、しょうが	○マドレーヌ ○牛乳(全園児)
30月	ご飯 さわらのかば焼風 キャベツと卵の甘酢和え 高野豆腐のみそ汁	米、○食パン、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、さわら、卵、○ピザ用チーズ、米みそ(甘みそ)、凍り豆腐	キャベツ、にんじん、トウモロコシ(芽ばえ)、葉ねぎ、しょうが	○チーズトースト ○牛乳(全園児)
31火	豆乳クリームスパゲティ じゃが芋のカレー炒め ブロッコリー バナナ 牛乳(全園児)	スパゲッティ、じゃがいも、○米、コンソメ、油、○砂糖	牛乳、豆乳、ベーコン、豚ひき肉、○油揚げ、○ひじき	バナナ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ、赤ピーマン、ピーマン、○にんじん、グリーンアスパラガス	○ひじきおにぎり

は、手作りおやつです。 は、お誕生日会です。

3歳未満児の朝のおやつは、お菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません

