

\*5月分献立表\*



\*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります  
\*このほかに0.1.2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります

日	曜	主食	副菜		おやつ	主な材料	
			おかず	汁物			
1	火	ご飯	挽肉とニラの和風オムレツ 人参のはりはりサラダ	しめじと麩のみそ汁	スパゲティナポリタン 牛乳	米/卵・豚挽肉・人参・玉葱・ニラ 人参・切干大根・セロリ しめじ・玉葱・かぶ・つまみな・麩・みそ スパゲティ・ウインナー・玉葱・人参・ピーマン・しめじ/牛乳	
2	水	ご飯	回鍋肉 揚げワンタンサラダ	大根とニラの 中華スープ	柏餅 牛乳	米/豚もも肉・キャベツ・ピーマン・人参・赤みそ・甜麺醬 ワンタンの皮・きゅうり・レタス・人参・わかめ・ 鶏挽肉・大根・人参・長葱・ニラ 上新粉・小豆/牛乳	
7	21	月	ご飯	から揚げのレモン漬け 人参のきな胡麻サラダ	春野菜スープ	メロンパン 牛乳	米/鶏もも肉・レモン・サラダ菜・ミニトマト 人参・大根・きゅうり・えのきたけ・ごま・きな粉 キャベツ・じゃが芋・玉葱・マッシュルーム・人参・鶏ひき肉 コッパン・メロン・卵・牛乳・ホットケーキミックス/牛乳
8	22	火	☆ジューシー	切り昆布と生揚げの煮物 じゃが芋と梅サラダ	キャベツとなめこの みそ汁	セサミクッキー 牛乳	米・豚バラ肉・干し椎茸・ひじき・人参 昆布・生揚げ・こんにゃく・人参 じゃが芋・人参・さやえんどう・梅干し なめこ・えのきたけ・キャベツ・玉葱・万能葱・みそ 薄力粉・マーガリン・卵・ごま/牛乳
9	23	水	あさりのあんかけうどん	ごぼうと豚肉のかき揚げ キャベツの甘酢漬	みそ五平餅 牛乳	乾麺・あさり・白菜・人参・長葱・わかめ ごぼう・人参・玉葱・豚もも肉・薄力粉・卵 キャベツ・きゅうり・人参 米・みそ/牛乳	
10	24	木	納豆レタスチャーハン	和風サラダ	五目みそ汁	ハワイアンクラフティ 牛乳	米・納豆・焼き豚・レタス・玉葱・さやいんげん 大根・きゅうり・わかめ・ホールコーン(缶)・まぐろ水煮(缶) 豚もも肉・じゃが芋・大根・人参・長葱・こんにゃく・みそ 卵・牛乳・薄力粉・パイン(缶)・バナナ/牛乳
11	25	金	青豆のドライカレー	ニース風サラダ	新キャベツと ベーコンのスープ	ザラメせんべい ミニカップゼリー 牛乳	米・豚挽肉・牛挽肉・グリーンピース・玉葱・人参・ホールトマト(缶)・カレー粉 コリアンダー・ウスターソース じゃが芋・さやいんげん・トマト・卵・まぐろ水煮(缶) キャベツ・かいわれ大根・玉葱・人参・ベーコン ザラメせんべい・ミニカップゼリー/牛乳
12	26	土	チキンライス	サイコロサラダ	ジュリエヌ スープ	クッキー 牛乳	米・鶏もも肉・玉葱・人参・ピーマン じゃが芋・人参・キャベツ・さやいんげん・ホールコーン(缶) 鶏挽肉・玉葱・人参・えのきたけ・パセリ 薄力粉/牛乳
14	28	月	ご飯	高野豆腐のそぼろ煮 鶏肉ときゅうりの甘酢和え	かぶとニラの みそ汁	スコーン 牛乳	米 高野豆腐・鶏挽肉・ブロッコリー・長葱・干し椎茸・人参 鶏胸肉・きゅうり・大根・人参 かぶ・ニラ・玉葱・人参・油揚げ・みそ 薄力粉・マーガリン・牛乳/牛乳
15	29	火	食パン	★ボボティ 春キャベツのマリネ	もち麦入り トマトスープ	杏仁豆腐 お茶	食パン 牛挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・マッシュルーム・干しぶどう・乾燥パン粉・牛乳・バター カレー粉・ナツメグ・牛乳・卵 キャベツ・人参・ホールコーン(缶)・黄ピーマン・ハム・レモン セロリ・玉葱・人参・えのきたけ・鶏挽肉・押し麦・ホールトマト(缶) 牛乳・寒天・みかん(缶)・パイン(缶)・りんご・白桃(缶)・バナナ/麦茶
16	30	水	ご飯	初がつおの唐揚げ梅ソース アスパラのコーン和え	春の貝だくさん みそ汁	たけのこの蒸しパン 牛乳	米 かつお・梅干し・サラダ菜・ミニトマト・片栗粉 アスパラガス・キャベツ・きゅうり・ホールコーン(缶)・まぐろ水煮(缶) じゃが芋・玉葱・油揚げ・わかめ・みそ たけのこ・薄力粉/牛乳
17	31	木	挽肉とキャベツの スパゲティ	温野菜サラダ	野菜のスープ	ごはんもちの いそべ焼き 牛乳	スパゲティ・豚挽肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン キャベツ・人参・カリフラワー・ブロッコリー・みそ・マヨネーズ 鶏もも肉・玉葱・セロリ・人参・生椎茸・えのきたけ 米・焼きのり/牛乳
18	金	金	ご飯	アスパラと牛肉のオイスター炒め 三色野菜の中華風ごま和え	ニラときのこの 中華スープ	チーズビスケット 牛乳	米 牛もも肉・アスパラガス・たけのこ・人参・長葱・オイスターソース 緑豆もやし・人参・ほうれん草・ごま 鶏もも肉・えのきたけ・生椎茸・ニラ 薄力粉・ライ麦粉・バター・パルメザンチーズ/牛乳
19	土	土	ブルコギトッパ	ほうれん草の中華和え	わかめとえのきの スープ	ラングドシャ 牛乳	米・豚もも肉・玉葱・人参・生椎茸・ピーマン・甜麺醬・ごま ほうれん草・えのきたけ・かまぼこ・ごま わかめ・えのきたけ・人参・玉葱 薄力粉・マーガリン・卵/牛乳