

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	15	火	こぎつねうどん	新玉葱とそら豆のかき揚げ 切り干し大根の和え物	鮭おにぎり 牛乳	乾麺・油揚げ・玉葱・人参・小松菜/ 玉葱・そら豆・コーン缶・しらす・薄力粉/ 切干大根・わかめ・人参・きゅうり・水菜/ 米・鮭フレーク・ごま/牛乳	
2		水	ちまき風おこわ	たけのこと厚揚げの土佐煮 きゅうりとしらすの和え物	柏餅 緑茶	米・もち米・豚バラ肉・干し椎茸・さつま芋/ たけのこ・厚揚げ・豚モモ肉・玉葱・人参・さやいんげん・かつお節/ きゅうり・もやし・わかめ・しらす・ごま/ じゃが芋・ごぼう・人参・切干大根・長葱・大豆/上新粉・小豆/緑茶	
7	21	月	ミートソース スパゲティ	温野菜のサラダ	鶏肉とかぼちゃのスープ	おかかおにぎり 牛乳	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・エリンギ・マッシュルーム・トマト缶/ キャベツ・人参・じゃが芋・コーン缶・ツナ缶/ 鶏モモ肉・かぼちゃ・玉葱・セロリ・さつま芋/ 米・かつお節/牛乳
8	22	火	ご飯	新じゃが芋と鶏肉の含め煮 キャベツの乾物と和え	大根とわかめのみそ汁	レモンクッキー 牛乳	米/鶏モモ・じゃが芋・人参・玉葱・グリーンピース/ キャベツ・きゅうり・人参・かつお節・海苔/ 油揚げ・大根・わかめ・玉葱/ 薄力粉・マーガリン・レモン/牛乳
9	23	水	ピースご飯	帆立あんかけ豆腐 蒸し鶏ときゅうりの甘酢和え	すいとん	ココアのパウンド 牛乳	米・グリーンピース/ 木綿豆腐・帆立貝柱缶・人参・えのき茸・玉葱・万能葱・生姜/ 鶏ムネ肉・きゅうり・大根・もやし・もやし/中力粉・かぼちゃ・ごぼう・大根・小松菜・長葱/ 薄力粉・ベーキングパウダー・ココア・マーガリン・卵・バナナ/牛乳
10	24	木	ビーンズカレー	グリーンサラダ	ガーリックスープ	鉄入りしらすくん こめ棒くん 牛乳	米・豚挽肉・そら豆・グリーンピース・玉葱・じゃが芋・人参・にんにく・カレーフレーク/ レタス・アスパラガス・きゅうり・りんご・パイン缶・コーン缶・レモン/ ベーコン・人参・さつま芋・玉葱・プロッコリー・にんにく/ 鉄入りしらすくん/こめ棒くん/牛乳
11	25	金	バターロール	煮込みポークチャップ キャベツとハムのサラダ	米入り野菜スープ	チーズ芋もち 牛乳	バターロール/ 豚肩肉・玉葱・じゃが芋・人参・青ピーマン・大豆・トマト缶・ケチャップ・ウスターソース/ キャベツ・きゅうり・人参・ローズハム・レモン/ 米・鶏挽肉・玉葱・人参・グリーンピース・セロリ・コーン缶/ じゃが芋・プロセスチーズ・牛乳/牛乳
12	26	土	野菜たっぷり豚丼	ツナの和風サラダ	具だくさんみそ汁	ラスク 牛乳	米・豚モモ肉・ごぼう・人参・玉葱・白滝/ 切干大根・もやし・人参・きゅうり・ツナ缶/ キャベツ・大根・じゃが芋・人参・油揚げ/ 食パン・はちみつ・マーガリン/牛乳
14	28	月	牛肉と しめじのチャーハン	もやしときゅうりの中華和え	たまごと コーンのスープ	フルーツ杏仁 牛乳	米・牛モモ肉・しめじ・玉葱・万能葱・にんにく/ 大豆もやし・きゅうり・人参・わかめ/ 鶏モモ肉・卵・クリームコーン缶・人参・えのき茸・ゆず水・豆乳/ 牛乳・みかん缶・パイン缶・モモ缶・りんご・バナナ/牛乳
	29	火	春野菜ラーメン	飛竜頭 わかめとレタスのごまサラダ		キャロットゼリー 牛乳	中華種・豚バラ肉・アスパラガス・ヤングコーン・キャベツ・人参・干し椎茸・にんにく・生姜/ 木綿豆腐・鶏挽肉・じゃが芋・薄力粉・生姜・人参・生椎茸・ごぼう/ レタス・わかめ・きゅうり・水菜・トマト・練りごま/ 人参・寒天・オレンジジュース/牛乳
16	30	水	ご飯	かつおのから揚げ梅ソース 白菜とりんごのサラダ	玉葱と油揚げのみそ汁	おこのみマカロニ 牛乳	米/かつお・生姜・自家製梅干し・サラダ菜・ミニトマト/ 白菜・りんご・きゅうり・コーン缶・水菜/ 鶏モモ肉・玉葱・じゃが芋・人参・油揚げ・小松菜/ マカロニ・マヨネーズ・中濃ソース・青のり・かつお節/牛乳
17	31	木	食パン	★ポボティ 春キャベツのマリネ	もち麦入り トマトスープ	キャラメル ポップコーン 牛乳	食パン/豚挽肉・玉葱・人参・マッシュルーム・にんにく・干しぶどう パン粉・牛乳・卵・カレー粉・無塩バター/ キャベツ・りんご・人参・コーン缶・黄ピーマン・レモン/ 玉葱・人参・セロリ・えのき茸・ベーコン・にんにく・押し麦・トマト缶/ コーン・三温糖/牛乳
18		金	☆ジューシー	玉子チャンプルー 人参のサラダ	もずくスープ	サーターアングギー 牛乳	米・豚バラ肉・昆布・生姜・干し椎茸・人参/ 卵・豚モモ肉・木綿豆腐・人参・にら・もやし/ 人参・きゅうり・ツナ缶・ごま・テンメンジャン/ もずく・玉葱・えのき茸・長葱/ 薄力粉・ベーキングパウダー・ラード・黒糖/牛乳
19		土	そぼろ丼	豆もやしの和え物	わかめの豆乳みそ汁	カップケーキ 牛乳	米・豚挽肉・玉葱・コーン缶・小松菜/ 大豆もやし・ツナ缶・きゅうり・人参/ 鶏モモ肉・玉葱・大根・わかめ・豆乳/ ホットケーキミックス・ごま・牛乳/牛乳