

5月の行事予定献立表

給食目標 赤・黄・緑に食べ物をわけてみよう

	行事	献立	主な食材	3時のおやつ		行事	献立	主な食材	3時のおやつ
1日(水)		大豆カレーライス ゆで卵 マカロニサラダ もやしスープ フルーツ	米 合いびき肉 大豆 玉ねぎ 人参 ピーマン カレールウ 卵 マカロニ きゅうり ツナ缶 マヨネーズ 塩 こしょう コーン もやし しいたけ 玉ねぎ 塩 醤油 鶏がらだし フルーツ	ミルク お好み焼き 小麦粉 長芋 豚肉 キャベツ 青のり ベーキングパウダー かつおだし ソース かつお節	18日(土)		ビビンバ丼 煮卵 きのこサラダ 中華スープ フルーツ	米 牛肉 ごま油 酒 醤油 砂糖 みりん 塩 ほうれん草 人参 もやし 卵 醤油 みりん しめじ えのき きゅうり 油 ごま油 酢 醤油 砂糖 塩 春雨 人参 玉ねぎ しいたけ 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク クリームツイストパン
2日(木)		ご飯 肉じゃが しらすの玉子焼き 大豆サラダ 豆腐となめこの赤だし フルーツ	米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 白滝 三度豆 醤油 砂糖 みりん かつおだし 卵 しらす 青ねぎ 醤油 みりん 塩 かつおだし 大豆 キャベツ きゅうり 人参 チーズ ドレッシング 豆腐 なめこ 白ねぎ 赤みそ 醤油 塩 かつおだし フルーツ	ミルク カルピスゼリー カルピス 粉寒天 みかん缶	20日(月)		ご飯 白身魚のケチャップソース 南瓜のグラッセ 大豆サラダ 野菜のコンソメスープ フルーツ	米 白身魚 塩 こしょう 片栗粉 小麦粉 油 砂糖 醤油 酢 ケチャップ 生姜 南瓜 マーガリン 砂糖 大豆 キャベツ きゅうり 人参 チーズ ドレッシング 玉ねぎ グリンピース 人参 塩 コンソメ フルーツ	ミルク プリン 牛乳 卵 砂糖
3日(金)	憲法記念日				21日(火)		ご飯 肉じゃが しらすの玉子焼き ほうれん草とコーンのごま和え 豆腐となめこの赤だし フルーツ	米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 白滝 三度豆 醤油 砂糖 みりん かつおだし 卵 しらす 青ねぎ 醤油 みりん 塩 かつおだし ほうれん草とコーンのごま和え 豆腐 なめこ 白ねぎ 赤みそ 醤油 塩 かつおだし フルーツ	ミルク きな粉団子 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 塩
4日(土)	みどりの日				22日(水)		ご飯 豚肉の生姜焼き 南瓜と三度豆の煮物 キャベツの酢の物 大根のみそ汁 フルーツ	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 醤油 酒 砂糖 みりん 南瓜 三度豆 醤油 砂糖 みりん かつおだし キャベツ きゅうり わかめ 酢 砂糖 醤油 大根 油揚げ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク 豆腐ドーナツ ホットケーキ粉 豆腐 油
6日(月)	こどもの日 振替休日				23日(木)		ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き さつま芋の甘煮 ひじきとえのきのサラダ 豆腐のみそ汁 フルーツ	米 鶏肉 生姜 レモン果汁 青ねぎ 大根 醤油 砂糖 かつおだし みりん 塩 さつま芋 砂糖 ひじき えのき 人参 三度豆 マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 しめじ 三つ葉 かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク きな粉団子 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 塩
7日(火)		ご飯 カレイの煮付け じゃが芋の煮物 ひじきの甘酢和え 卵のすまし汁 フルーツ	米 カレイ 三度豆 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん じゃが芋 グリンピース 塩 砂糖 かつおだし ひじき 人参 コーン 酢 醤油 砂糖 ごま 卵 玉ねぎ わかめ かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク きな粉団子 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 塩	24日(金)		ご飯 カレイの煮付け 小松菜の煮物 南瓜の和え物 卵のすまし汁 フルーツ	米 カレイ 三度豆 生姜 醤油 砂糖 酒 みりん 小松菜 厚揚げ 人参 みりん ごま油 砂糖 醤油 かつおだし 南瓜 ベーコン きゅうり 玉ねぎ 油 酢 塩 砂糖 こしょう 卵 玉ねぎ わかめ かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク 豆腐ドーナツ ホットケーキ粉 豆腐 油
8日(水)		ご飯 豚肉の生姜焼き 南瓜と三度豆の煮物 キャベツの酢の物 大根のみそ汁 フルーツ	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 醤油 酒 砂糖 みりん 南瓜 三度豆 醤油 砂糖 みりん かつおだし キャベツ きゅうり わかめ 酢 砂糖 醤油 大根 油揚げ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク 豆腐ドーナツ ホットケーキ粉 豆腐 油	25日(土)		ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き さつま芋の甘煮 ひじきとえのきのサラダ 豆腐のみそ汁 フルーツ	米 鶏肉 生姜 レモン果汁 青ねぎ 大根 醤油 砂糖 かつおだし みりん 塩 さつま芋 砂糖 ひじき えのき 人参 三度豆 マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 しめじ 三つ葉 かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク きな粉団子 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 塩
9日(木)		ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き さつま芋の甘煮 ひじきとえのきのサラダ 豆腐のみそ汁 フルーツ	米 鶏肉 生姜 レモン果汁 青ねぎ 大根 醤油 砂糖 かつおだし みりん 塩 さつま芋 砂糖 ひじき えのき 人参 三度豆 マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 しめじ 三つ葉 かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク きな粉団子 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖 塩	27日(月)		鶏の照り焼き丼 南瓜の甘煮 ひじきと酢の物 ふのみそ汁 フルーツ	米 鶏肉 醤油 みりん 砂糖 酒 卵 塩 三度豆 南瓜 グリンピース 醤油 砂糖 かつおだし ひじき きゅうり 人参 酢 醤油 砂糖 ごま ふ 玉ねぎ わかめ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク レーズンパン 強力粉 砂糖 塩 ドライイースト マーガリン スキムミルク レーズン
10日(金)	春の遠足 (5歳)	炊き込みごはん ししゃものごま焼き 塩昆布の玉子焼き ささみとわかめの酢の物 南瓜のみそ汁 フルーツ	米 大豆 ひじき 人参 塩 醤油 砂糖 かつおだし 酒 ししゃも ごま 油 塩昆布 卵 かつおだし 鶏ささみ きゅうり キャベツ わかめ 醤油 砂糖 酢 ごま油 南瓜 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク レーズンパン 強力粉 砂糖 塩 ドライイースト マーガリン スキムミルク レーズン	28日(火)	誕生会	このほりライス かぶとバーグ エッグサラダ ブロックリーのごま油風味 スプリングスープ フルーツ	米 人参 うずらの卵 しらす のり ハム ふりかけ ごぼう かつおだし 醤油 みりん 合いびき肉 塩 玉ねぎ 人参 卵 はん粉 牛乳 ケチャップ ソース じゃが芋 きゅうり 卵 ハム マヨネーズ 塩 こしょう ブロックリー 塩 ごま油 アスパラガス キャベツ 玉ねぎ ベーコン 豆乳 上新粉 塩 鶏がらだし フルーツ	ミルク 水ようかん 小麦 砂糖 寒天
11日(土)		鶏の照り焼き丼 南瓜の甘煮 ひじきと酢の物 ふのみそ汁 フルーツ	米 鶏肉 醤油 みりん 砂糖 酒 卵 塩 三度豆 南瓜 グリンピース 醤油 砂糖 かつおだし ひじき きゅうり 人参 酢 醤油 砂糖 ごま ふ 玉ねぎ わかめ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク スノーボールクッキー 小麦粉 砂糖 マーガリン 黒ごま	29日(水)		ご飯 牛肉のしぐれ煮 ほうれん草の玉子焼き きゅうりの酢の物 きのこの赤だし フルーツ	米 牛肉 人参 玉ねぎ 白滝 生姜 醤油 砂糖 みりん かつおだし 卵 ほうれん草 かつおだし 塩 醤油 みりん きゅうり キャベツ ブロccoliリー 酢 砂糖 醤油 塩 えのき なめこ 青ねぎ 赤みそ 醤油 塩 かつおだし フルーツ	ミルク ミルクココアプリン 牛乳 ココア 砂糖 ゼラチン パナナ
13日(月)		ご飯 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とじ キャベツのおかか和え じゃが芋のみそ汁 フルーツ	米 鯖 塩 レモン 高野豆腐 干しいたけ 人参 グリンピース 卵 かつおだし 砂糖 みりん 醤油 酒 キャベツ 人参 かつお節 醤油 みりん じゃが芋 玉ねぎ 白ねぎ みそ かつおだし 醤油 フルーツ	ミルク アスパラとコーンのピザ アスパラガス コーン 玉ねぎ ベーコン ピザ用チーズ 油 マヨネーズ 強力粉 牛乳 ドライイースト 塩 砂糖 ケチャップ	30日(木)		ご飯 タンドリーチキン 粉ふき芋 磯和え 中華風卵スープ フルーツ	米 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 ケチャップ 塩 じゃが芋 塩 しらす キャベツ きゅうり のり 酢 醤油 砂糖 卵 玉ねぎ 青ねぎ 塩 鶏がらだし 醤油 フルーツ	ミルク マーブルケーキ マーガリン 砂糖 小麦粉 卵 ココア ベーキングパウダー
14日(火)		ご飯 牛肉のしぐれ煮 ほうれん草の玉子焼き きゅうりの酢の物 きのこの赤だし フルーツ	米 牛肉 人参 玉ねぎ 白滝 生姜 醤油 砂糖 みりん かつおだし 卵 ほうれん草 かつおだし 塩 醤油 みりん きゅうり キャベツ ブロccoliリー 酢 砂糖 醤油 塩 えのき なめこ 青ねぎ 赤みそ 醤油 塩 かつおだし フルーツ	ミルク サモサ 餃子の皮 豚ひき肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ 油	31日(金)		ご飯 鮭の照り焼き 切干大根の煮物 小松菜のごま和え ささみのすまし汁 フルーツ	米 鮭 醤油 みりん 砂糖 酒 片栗粉 切干大根 油揚げ 人参 醤油 砂糖 みりん かつおだし 小松菜 人参 コーン ごま 醤油 砂糖 鶏ささみ 片栗粉 豆腐 玉ねぎ 三つ葉 かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク マーブルケーキ マーガリン 砂糖 小麦粉 卵 ココア ベーキングパウダー
15日(水)		豆ご飯 鮭の照り焼き 切干大根の煮物 小松菜のごま和え ささみのすまし汁 フルーツ	米 えんどう豆 塩 酒 鮭 醤油 みりん 砂糖 酒 片栗粉 切干大根 油揚げ 人参 醤油 砂糖 みりん かつおだし 小松菜 人参 コーン ごま 醤油 砂糖 鶏ささみ 片栗粉 豆腐 玉ねぎ 三つ葉 かつお昆布だし 醤油 塩 フルーツ	ミルク ミルクココアプリン 牛乳 ココア 砂糖 ゼラチン パナナ			ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 粉ふき芋 磯和え 中華風卵スープ フルーツ	米 鶏肉 カレー粉 醤油 酒 じゃが芋 塩 しらす キャベツ きゅうり のり 酢 醤油 砂糖 卵 玉ねぎ 青ねぎ 塩 鶏がらだし 醤油 フルーツ	ミルク マーブルケーキ マーガリン 砂糖 小麦粉 卵 ココア ベーキングパウダー
16日(木)		ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 粉ふき芋 磯和え 中華風卵スープ フルーツ	米 鶏肉 カレー粉 醤油 酒 じゃが芋 塩 しらす キャベツ きゅうり のり 酢 醤油 砂糖 卵 玉ねぎ 青ねぎ 塩 鶏がらだし 醤油 フルーツ	ミルク マーブルケーキ マーガリン 砂糖 小麦粉 卵 ココア ベーキングパウダー			ツナピラフ さつま芋のレモン煮 スパゲティ サラダ 豆腐スープ フルーツ	米 ツナ缶 玉ねぎ グリンピース コーン 鶏がらだし 醤油 塩 さつま芋 砂糖 レモン果汁 スパゲティ ハム 人参 キャベツ きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 人参 青ねぎ 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク 水ようかん 小麦 砂糖 寒天
17日(金)		ツナピラフ さつま芋のレモン煮 スパゲティ サラダ 豆腐スープ フルーツ	米 ツナ缶 玉ねぎ グリンピース コーン 鶏がらだし 醤油 塩 さつま芋 砂糖 レモン果汁 スパゲティ ハム 人参 キャベツ きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 人参 青ねぎ 鶏がらだし 醤油 塩 フルーツ	ミルク 水ようかん 小麦 砂糖 寒天					

※ 離乳食献立表は、個別に配布しています。
 ※ 延長保育のおやつは、お菓子になります。
 ※ 献立・食材は、天候等により変更になることがありますので、ご了承

今月は新メニューに「大豆カレー」や「ししゃものごま焼き」が入っているよ！旬の食材のアスパラガスを使ったメニューも入っているのを楽しみにしてね！

