5月予定献立表

本分保育園

		朝のおやつ	昼 食	おやつ	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	木	牛乳 クッキー	ご飯（玄米）・中華風コーンスープ・厚揚げの中華煮・ 五目豆・キウイ	豆乳・ じゃが芋饅頭	牛ひき肉 ／豚ひき肉 ／厚揚げ／牛肉／大豆 ／竹輪／普通牛乳	玄米／片栗粉／調合油／和三盆糖／板こんにゃく／じゃがいも／薄力粉	ｺｰﾝ ／ねぎ ／にんじん ／たまねぎ ／にら ／しょうが／干しひじき／キウイ
2	金	牛乳 チーズ	ご飯（白米）・カレーライス・エビフライ・ 青じそドレッシング和え・オレンジ	お茶・ 梅じゃこご飯	牛肉 ／ヨーグルト ／プロセスチーズ／脱脂粉乳／ロースハム／しらす	半つき米／ 押麦／じゃがいも／調合油／はるさめ ／ごま いり／玄米	にんじん／たまねぎ ／なす／グリンピース／にんにく／きゅうり ／キャベツ／ｺｰﾝ／オレンジ／ 梅干し
3	土	憲法記念日					
5	月	こどもの日					
6	火	振り替え休日					
7	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・納豆・キャベツの味噌汁・さばの煮つけ・ コマツナとチーズの和えもの・りんごかバナナ	牛乳・ 豆乳もち	納豆／木綿豆腐／油揚げ／煮干し／脱脂粉乳／さば ／プロセスチーズ／普通牛乳／きな粉	半つき米／押麦／和三盆糖／片栗粉／黒砂糖	キャベツ ／にんじん ／ねぎ／しょうが ／こまつな／うめ／りんご／バナナ
8	木	牛乳 ビスケット	ご飯（玄米）・味のり・コーンクリームスープ・ 南瓜バーグ・ブロッコリーサラダ・オレンジ	豆乳・ にんじんマドレーヌ	ベーコン／鶏肉 /脱脂粉乳／豚ひき肉 ／ロースハム／豆乳／卵	玄米／じゃがいも／なたね油／ホットケーキ粉／こむぎ粉／和三盆糖／	にんじん ／たまねぎ /きゅうり／だいこん ／オレンジ
9	金	牛乳 せんべい	ご飯（白米）・わかめスープ・チンジャオロースー・ じゃが芋のソテー・キウイ	お茶・ フルーツヨーグルト・ 野菜クラッカー	牛肉 ／ベーコン／ヨーグルト	半つき米／ 押麦／はるさめ／ごま いり／和三盆糖／片栗粉／じゃがいも ／クラッカー	カットわかめ／にんじん ／えのき／しめじ／はくさい／ねぎ／ピーマン／たけのこ／しょうが／にんにく／キウイ／バナナ ／りんご ／パイン
10	土	牛乳 かんぱん	ミートスパゲティー・春野菜のスープ・ キャベツとツナの炒め・バナナ	お茶・ ボルガ	牛ひき肉／鶏ひき肉 ／プロセスチーズ／ベーコン／ ﾌﾙｰﾂ	スパゲッティ ／和三盆糖／じゃがいも／ボルガ	にんじん ／セロリ ／たまねぎ ／キャベツ ／ｺｰﾝ ／エリンギ ／パセリ／ｽｲｰﾄｺｰﾝ 缶／バナナ
12	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・ふりかけ・のっぺい汁・ 魚のカレー揚げ・コーンサラダ・オレンジ	豆乳・ アップルホットケーキ	かつお節／しらす／豚肉 ／油揚げ ／煮干し／ロースハム／豆乳／普通牛乳／卵	半つき米／ 押麦／ごま いり／じゃがいも／薄力粉 ／調合油／和三盆糖	焼きのり／だいこん／にんじん ／ごぼう ／ねぎ／キャベツ ／きゅうり／ｽｲｰﾄｺｰﾝ／オレンジ／りんご
13	火	牛乳 クラッカー	ご飯（玄米）・チキンビーンズ・厚揚げ焼きもの・ パインサラダ・キウイ	牛乳・年長児クッキング よもぎ団子	鶏肉／ベーコン／大豆 ／ﾎｲｯﾌﾟｸﾘｰﾑ ／プロセスチーズ／厚揚げ／ロースハム／普通牛乳／きな粉	玄米／じゃがいも／和三盆糖／調合油／さつまいも ／上新粉／黒砂糖	にんじん ／たまねぎ ／マッシュルーム／トマト缶／ミックスジュース ／グリンピース ／ﾊﾟｲﾝ缶／キャベツ／きゅうり ／キウイ
14	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・味のり・ワンタンスープ・ 豚肉とじゃが芋の甘辛炒め・かみかみサラダ・りんご	お茶・ 味ごはん	豚ひき肉 ／豚肉／やりいか ／ﾌﾙｰﾂ	半つき米／ 押麦／春巻きの皮／じゃがいも／なたね油／和三盆糖／ごま油／ 玄米	味付けのり／ねぎ ／チンゲンサイ ／さやいんげん／だいこん ／にんじん／きゅうり／もやし／りんご ／オレンジ／塩昆布
15	木	牛乳 芋かりんとう	ご飯（玄米）・ブロッコリーの味噌汁・大豆の五目煮・ オクラと胡瓜のおかか和え・バナナ	お茶・ ピーチ寒天・かんぱん	卵 ／ 煮干し／脱脂粉乳／鶏肉 ／大豆 ／厚揚げ／かつお節	玄米／じゃがいも ／板こんにゃく ／和三盆糖／かんパン	ブロッコリー ／たまねぎ／にんじん ／えのき／だいこん／グリンピース／オクラ／きゅうり／バナナ／もも缶／寒天／レモン汁
16	金	牛乳 せんべい	ご飯（白米）・納豆・チキン豆乳シチュー・ 魚のマヨネーズ焼き・ブロッコリーの塩炒め・オレンジ	牛乳・手作りパン 「からすのパン屋さん」	納豆／鶏肉 ／豆乳／さけ／普通牛乳	半つき米／ 押麦／じゃがいも ／なたね油／上新粉／強力粉 ／和三盆糖／バター	たまねぎ ／にんじん ／ｽｲｰﾄｺｰﾝ 缶／ブロッコリー ／あおのり／しめじ／ｽｲｰﾄｺｰﾝ ／オレンジ／かぼちゃ
17	土	牛乳 かんぱん	肉うどん・チンゲン菜のソテー・枝豆・バナナ	お茶・ レーズンパン	牛肉 ／かまぼこ／煮干し／ウインナー／卵	和三盆糖／うどん／ぶどうパン	にんじん ／もやし ／たまねぎ ／ねぎ／チンゲンサイ ／ｽｲｰﾄｺｰﾝ ／バナナ
19	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・かみかみふりかけ・もずく汁・ 旨煮・アスパラサラダ・メロン	お茶・ 枝豆チーズおにぎり	しらす干し/かつお節／鶏肉 ／煮干し／若鶏／高野豆腐／ロースハム／プロセスチーズ	半つき米／押麦／ごま いり／和三盆糖／はるさめ ／じゃがいも／板こんにゃく／マロニー	塩昆布／たまねぎ ／にんじん／乾しいたけ ／カットわかめ／ごぼう／れんこん ／さやいんげん／アスパラガス／ｽｲｰﾄｺｰﾝ ／キャベツ／メロ
20	火	牛乳 クラッカー	ご飯（玄米）・マーボー豆腐・しゅうまい・ ナムル・オレンジ	牛乳・ 南瓜ドーナツ	豚ひき肉 ／牛ひき肉 ／木綿豆腐／普通牛乳／卵	玄米／片栗粉／和三盆糖／調合油／ごま油／薄力粉 ／なたね油	にんじん／キャベツ ／たまねぎ／干ししいたけ ／ねぎ／にんにく ／しょうが／もやし／ほうれんそう／オクラ／オレンジ／かぼちゃ
21	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・味のり・かき玉汁・さばの竜田揚げ・ ひじきの煮物・キウイ	豆乳・ じゃが芋もち	かまぼこ／卵 ／牛肉 ／高野豆腐／竹輪／豆乳／普通牛乳	半つき米／ 押麦／片栗粉／調合油／板こんにゃく／和三盆糖／じゃがいも	味付けのり／しめじ／えのき／にんじん／たまねぎ／ねぎ／カットわかめ／こんぶ／しょうが ／干しひじき／さやいんげん／キウイ
22	木	牛乳 クッキー	ご飯（玄米）・納豆・春野菜の豚汁・鶏の照り焼き・ 短冊サラダ・バナナ	お茶・ 塩やきそば	納豆／豚肉 ／ 煮干し／脱脂粉乳／鶏肉 ／むきえび／むきいか	玄米／じゃがいも／和三盆糖／ごま油／中華麺	たまねぎ／ごぼう ／アスパラガス ／ねぎ／しょうが／だいこん／にんじん／きゅうり ／バナナ／もやし ／キャベツ
23	金	牛乳 せんべい	ご飯（白米）・ハヤシライス・ハムエッグ・ 甘夏サラダ・すいか	牛乳・ あべかわマカロニ	牛肉 ／脱脂粉乳／ロースハム／卵 ／普通牛乳／きな粉	半つき米／おおむぎ／じゃがいも ／和三盆糖／調合油／マカロニ／黒砂糖	にんじん ／たまねぎ／なす／グリンピース ／甘夏缶／きゅうり ／キャベツ／すいか
24	土	牛乳 かんぱん	ビーフン・レタスとトマトのスープ・型チーズ・ バナナ	お茶・ ねじりパン	豚肉 ／かまぼこ／むきえび／むきいか／卵	ビーフン／ねじりパン	にんじん／たまねぎ ／もやし ／キャベツ ／ねぎ／レタス ／トマト ／ミニ／バナナ
26	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・味のり・すまし汁・きびなのマリネ・ 五目豆・オレンジ	お茶・ 手巻き寿司	かまぼこ／豆腐／煮干し／きびなご／牛肉 ／大豆 ／竹輪／かまぼこ／ツナ ﾌﾙｰﾂ	半つき米／ 押麦／薄力粉／片栗粉／調合油／和三盆糖／板こんにゃく／ 玄米／ごまいり	あまのり ／だいこん ／にんじん ／えのき／カットわかめ／たまねぎ／きゅうり ／干しひじき／オレンジ／味のり
27	火	牛乳 クラッカー	ご飯（玄米）・ひじきのふりかけ・コンソメスープ・ れんこんバーグ・茎わかめの煮物・メロン	牛乳・ スコーン　ジャム添え	しらす／ウインナー／鶏ひき肉 ／牛肉 ／普通牛乳	玄米／ごま いり／パン粉 ／片栗粉／和三盆糖／ ホットケーキ粉／全粒粉／バター／砂糖	干しひじき／にんじん／たまねぎ ／パセリ／れんこん／ねぎ／しめじ／えのき／くきわかめ ／メロン ／りんご ／レモン
28	水	牛乳 くだもの	炊きこみごはん・豆腐の味噌汁・鶏のから揚げ・ ポテトスティック・トマトサラダ・すいか　お誕生会	お楽しみ	鶏肉／木綿豆腐／油揚げ／煮干し／脱脂粉乳／鶏肉 ／ロースハム	七分つき米／和三盆糖／片栗粉 ／調合油／じゃがいも／なたね油	ごぼう ／にんじん ／しめじ／カットわかめ／たまねぎ／ねぎ／しょうが ／にんにく／トマト ／きゅうり ／ブロッコリー ／すいか
29	木	牛乳 ふかしいも	ご飯（玄米）・味のり・あすか汁・大根と厚揚げの煮物・ スパゲティーサラダ・キウイ	豆乳・ ラスク	鶏肉 ／脱脂粉乳／ 煮干し／油揚げ ／ロースハム／豆乳	水稲穀粒／なたね油／じゃがいも／和三盆糖／スパゲッティ ／フランスパン／バター	味付けのり／はくさい／にんじん ／チンゲンサイ／だいこん ／キャベツ／きゅうり／ｽｲｰﾄｺｰﾝ ／キウイ
30	金	牛乳 せんべい	ご飯（白米）・中華丼・鮭の塩焼き・ きゅうりの塩っぺ和え・オレンジ	牛乳・ 丸ぼーろ	豚肉／かまぼこ／うずら卵 ／さけ／普通牛乳／卵	半つき米／ 押麦／片栗粉／ごま油／薄力粉／和三盆糖／ごま いり	にんじん／たまねぎ ／きくらげ ／はくさい／たけのこ／チンゲンサイ ／きゅうり ／塩昆布／オレンジ
31	土	牛乳 かんぱん	うどん汁・ジャーマンポテト・枝豆・バナナ	お茶・ メロンパン	鶏肉 ／油揚げ／卵／かまぼこ／ 煮干し／ウインナーソーセージ	うどん／じゃがいも／メロンパン	にんじん／だいこん ／ごぼう ／ねぎ ／たまねぎ ／ミニトマト／バナナ