



5月 献立表



平成30年

あつみ幼稚園

| 日 | 曜 | 献立名 | | あか | きいろ | みどり | その他 |
|----|---|--|---------------------------------------|----------------------------------|---|---|---|
| | | 昼食 | 午後おやつ | 体をつくる 血や肉になる | 力や体温のもとになる | 体の調子を整える | |
| 1 | 火 | スパゲティナポリタン コンソメスープ 大根のマリネサラダ りんごゼリー 麦茶 | 塩昆布おにぎり 小魚 麦茶 | ウインナー 煮干し | スパゲティ 油 砂糖 じゃが芋 米 ごま | 玉ねぎ 人参 ピーマン 小松菜 コーン 大根 きゅうり りんごジュース アガー 塩昆布 | 塩 トマトケチャップ チキンスープの素 水 穀物酢 麦茶 |
| 2 | 水 | 【立夏 こどもの日】ご飯 若竹汁 こいのぼりミートローフ アスパラとマカロニサラダ オレンジ 麦茶 | よもぎまんじゅう 牛乳 | かつお節 豚肉 木綿豆腐 スキムミルク あずき 牛乳 | 米 パン粉 片栗粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 中力粉 砂糖 油 | 昆布 干しいたけ わかめ たけのこ 長ねぎ 玉ねぎ アスパラガス 人参 オレンジ よもぎ | 水 塩 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 中濃ソース 麦茶 ベーキングパウダー |
| 7 | 月 | 雑穀ご飯 ツナカレー 人参ドレッシングサラダ フルーツポンチ 麦茶 | クッキー 麦茶 | ツナ 鶏卵 | 米 きび あわ 黒米 じゃが芋 油 砂糖 薄力粉 無塩バター | 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン りんご 黄桃缶 パイン缶 | 水 カレールウ 人参ドレッシング 麦茶 |
| 8 | 火 | ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 野菜のおかか和え バナナ 麦茶 | ホットケーキ 牛乳 | 味噌 油揚げ 鶏肉 かつお節 鶏卵 牛乳 | 米 薄力粉 砂糖 無塩バター | 昆布 干しいたけ 大根 玉ねぎ にんにく しょうが 白菜 きゅうり 人参 バナナ | 水 だし醤油 みりん こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー 塩 |
| 9 | 水 | 丸パン コンソメスープ コロッケ キャベツとパインのフレンチサラダ 麦茶 | りんごジャムヨーグルト ウエハース 麦茶 | 豚肉 スキムミルク ヨーグルト | 丸パン じゃが芋 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 砂糖 ウエハース | 小松菜 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ パイン缶 りんごソース | チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 麦茶 |
| 10 | 木 | 玄米入りご飯 オニオン中華スープ 豆腐の五目煮 パンパンジー風サラダ チーズ 麦茶 | 五平餅 麦茶 | 木綿豆腐 豚肉 鶏肉 チーズ 味噌 | 米 玄米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま | 玉ねぎ コーンクリーム パセリ 白菜 人参 干しいたけ きゅうり もやし | 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 麦茶 みりん |
| 11 | 金 | ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 納豆和え パイナップル 麦茶 | 肉まん風カップ蒸しパン 牛乳 | さば 味噌 納豆 豚肉 牛乳 | 米 小切麩 砂糖 薄力粉 ごま油 | 昆布 干しいたけ ほうれん草 しめじ しょうが 大根 白菜 人参 パイナップル にら | 水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶 ベーキングパウダー |
| 12 | 土 | そばろ丼 味噌汁 わかめの甘酢和え 麦茶 | ピーチヨーグルト 麦茶 | 鶏肉 鶏卵 味噌 高野豆腐 ヨーグルト | 米 砂糖 油 | しょうが さやいんげん 昆布 干しいたけ かんぴょう キャベツ 小松菜 もやし 人参 わかめ 黄桃缶 | 水 こいくちしょうゆ 穀物酢 塩 麦茶 |
| 14 | 月 | 豚肉のしょうが焼き丼 春雨スープ 白菜のゆかり和え オレンジ 麦茶 | ミルクゼリーブルーベリ ージャムソース ウエハース 麦茶 | 豚肉 干しえび 牛乳 | 米 油 ごま油 春雨 砂糖 ブルーベリージャム ウエハース | 玉ねぎ しょうが 万能ねぎ キャベツ 白菜 きゅうり 人参 オレンジ アガー | 水 だし醤油 料理酒 チキンスープの素 こいくちしょうゆ ゆかり 麦茶 |
| 15 | 火 | ご飯 コーンクリームスープ 鶏肉のから揚げ ピーフンの和え物 プリン 麦茶 | キャベツたっぷりお好み 焼き 牛乳 | スキムミルク 牛乳 鶏肉 豚肉 かつお節 | 米 片栗粉 油 ピーファン 砂糖 ごま油 ごま プリン ^{の素} 中力粉 ノンエッグマヨネーズ | コーン コーンクリーム パセリ しょうが 小松菜 人参 キャベツ 青のり | 水 シチュールウ こいくちしょうゆ 料理酒 だし醤油 穀物酢 麦茶 ベーキングパウダー 塩 |
| 16 | 水 | 麦ご飯 コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め じゃが芋のツナ煮 バナナ 麦茶 | フレンチトースト 麦茶 | 豚肉 ツナ 牛乳 鶏卵 | 米 押し麦 油 じゃが芋 食パン 砂糖 無塩バター | ほうれん草 人参 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく グリンピース バナナ | 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 料理酒 こいくちしょうゆ |
| 17 | 木 | ご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き 野菜のごま和え 麦茶 | 野菜とிரಿಕこの甘酢和え 牛乳 | 味噌 高野豆腐 赤魚 煮干し 牛乳 | 米 砂糖 ごま さつま芋 油 片栗粉 | 昆布 干しいたけ 小松菜 えのき茸 しょうが 白菜 もやし 人参 | 水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 |
| 18 | 金 | 野菜パン 野菜スープ スパニッシュオムレツ 切干大根サラダ チーズ 麦茶 | 鶏そばろおにぎり 小魚 麦茶 | 鶏卵 チーズ 鶏肉 煮干し | 野菜パン じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ ごま 米 砂糖 | キャベツ コーン 人参 トマト 玉ねぎ パセリ 切干大根 きゅうり しょうが | チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 19 | 土 | ご飯 ポークカレー もやしのしらす和え 麦茶 | レーズン蒸しパン 牛乳 | 豚肉 しらす 牛乳 | 米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 薄力粉 | 玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 レーズン | 水 カレールウ 穀物酢 だし醤油 麦茶 塩 ベーキングパウダー |
| 21 | 月 | 【小満】わかめご飯 味噌汁 かき揚げ なめたけ和え 麦茶 | 野菜まんじゅう 牛乳 | 味噌 高野豆腐 干しえび 牛乳 | 米 薄力粉 片栗粉 油 野菜まんじゅう | 炊き込みわかめ 昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ 玉ねぎ アスパラガス 人参 青のり 白菜 小松菜 なめ茸 | 水 こいくちしょうゆ 麦茶 |
| 22 | 火 | ご飯 味噌汁 鮭のごまみりん焼き ポテトサラダ バナナ 麦茶 | 中華風カステラ 麦茶 | 味噌 厚揚げ 鮭 スキムミルク 鶏卵 牛乳 | 米 砂糖 ごま じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 薄力粉 | 昆布 干しいたけ 白菜 わかめ しょうが 小松菜 きゅうり 人参 バナナ | 水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー |
| 23 | 水 | 雑穀ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 三色のり和え チーズ 麦茶 | ピザトースト 麦茶 | 味噌 木綿豆腐 鶏肉 鶏卵 チーズ ベーコン | 米 きび あわ 黒米 小切麩 砂糖 食パン | 昆布 干しいたけ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ほうれん草 焼きのり ピーマン | 水 こいくちしょうゆ みりん 塩 麦茶 トマトケチャップ |
| 24 | 木 | ご飯 味噌汁 照り焼きハンバーグ 切干大根の炒め煮 グレープフルーツ 麦茶 | カップケーキ 麦茶 | 味噌 豚肉 木綿豆腐 スキムミルク 油揚げ 鶏卵 | 米 じゃが芋 パン粉 片栗粉 油 無塩バター 砂糖 薄力粉 | 昆布 干しいたけ キャベツ なめこ 玉ねぎ 切干大根 人参 グレープフルーツ | 水 塩 だし醤油 みりん こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー |
| 25 | 金 | ご飯 味噌汁 手作りがんもどき 青菜の小エビ和え 麦茶 | オレンジゼリー ウエハース 牛乳 | 味噌 木綿豆腐 鶏肉 干しえび 牛乳 | 米 小切麩 片栗粉 パン粉 油 砂糖 ウエハース | 昆布 干しいたけ 白菜 えのき茸 ひじき 人参 万能ねぎ しょうが 小松菜 もやし オレンジジュース アガー | 水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶 |
| 26 | 土 | タコライス コンソメスープ 白菜のコールスローサラダ | ごまおこし 牛乳 | 豚肉 チーズ 牛乳 | 米 じゃが芋 油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ ごま | にんにく キャベツ トマト チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 きゅうり 人参 | 水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 |
| 28 | 月 | ご飯 味噌汁 肉じゃが 春野菜のサラダ チーズ 麦茶 | ジャムサンド 麦茶 | 味噌 高野豆腐 豚肉 チーズ | 米 じゃが芋 油 砂糖 食パン いちごジャム | 昆布 干しいたけ 玉ねぎ 小松菜 人参 さやいんげん キャベツ コーン アスパラガス トマト | 水 だし醤油 穀物酢 塩 麦茶 |
| 29 | 火 | ご飯 味噌汁 親子焼き ひじきの煮物 りんご 麦茶 | マシュマロサンドクラッ カー 麦茶 | 味噌 鶏卵 鶏肉 油揚げ | 米 油 砂糖 マシュマロ クラッカー | 昆布 干しいたけ ほうれん草 切干大根 万能ねぎ 玉ねぎ 人参 ひじき つきこん りんご | 水 塩 こいくちしょうゆ だし醤油 麦茶 |
| 30 | 水 | 玄米入りご飯 チキンカレー 大根のトマトドレッシング和え ヨーグルト 麦茶 | ポップコーン ウエハース 麦茶 | 鶏肉 ヨーグルト | 米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 ポップコーン 無塩バター ウエハース | 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり | 水 カレールウ トマトドレッシング 麦茶 塩 |
| 31 | 木 | マーボー豆腐丼 わかめスープ ラーメン中華和え パイナップル 麦茶 | 青のりポテト 小魚 牛乳 | 木綿豆腐 豚肉 味噌 煮干し 牛乳 | 米 ごま油 砂糖 片栗粉 中華麺 ごま じゃが芋 油 | 長ねぎ しょうが にんにく わかめ もやし 干しいたけ キャベツ きゅうり 人参 パイナップル 青のり | 水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢 麦茶 塩 |