



5月 献立表



令和元年5月

【認定こども園】あつみ幼稚園

日 曜	献立名		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	その他	
	昼食	午後おやつ					
7	火	雑穀ご飯 チキンカレー スティックサラダ オレンジ 麦茶	マシュマロおこし 麦茶	鶏肉	米 きび 黒米 じゃが芋 油 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ	玉ねぎ 人参 大根 きゅうり オレンジ	水 カレールウ 人参ドレッシング 麦茶
8	水	ご飯 味噌汁 さわらのごまみりん焼き じゃが芋と高野豆腐の煮物 バナナ 麦茶	ミルクゼリーいちごジャム ソース ウエハース 麦茶	味噌 さわら 高野豆腐 牛乳	米 砂糖 ごま じゃが芋 いちごジャム ウエハース	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ わかめ しょうが 小松菜 人参 グリーンピース バナナ アガー	水 こいくちしょうゆ みりん だし醤油 麦茶
9	木	玄米入りご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 野菜のおかか和え グレープフルーツ 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 玄米 さつま芋 薄力粉 砂糖 無塩バター	昆布 干しいたけ 玉ねぎ にんにく しょうが 白菜 ほうれん草 人参 グレープフルーツ	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
10	金	丸パン 味噌汁 コロケ キャベツとパインのフレンチサラダ 麦茶	ポップコーン 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	丸パン 小切麩 じゃが芋 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 砂糖 ポップコーン	昆布 干しいたけ 大根 小松菜 玉ねぎ コーン キャベツ パイン缶 人参	水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 塩 麦茶
11	土	ちゃんぽん風うどん わかめの甘酢和え 麦茶	ジャムパン 麦茶	豚肉	うどん ごま油 砂糖 食パン	白菜 玉ねぎ 小松菜 人参 昆布 干しいたけ もやし わかめ りんごソース	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 穀物酢 麦茶
13	月	ご飯 味噌汁 親子焼き じゃが芋の味噌炒め チーズ 麦茶	肉まん風カップ蒸しパン 牛乳	味噌 鶏卵 鶏肉 チーズ 豚肉 牛乳	米 小切麩 油 砂糖 じゃが芋 ごま 薄力粉 ごま油	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ 玉ねぎ 人参 たら	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー 水 カレールウ
14	火	ご飯 ドライカレー トマトドレッシングサラダ フルーツポンチ 麦茶	キャベツたっぷりお好み 焼き 牛乳	豚肉 かつお節 牛乳	米 マカロニ 砂糖 油 薄力粉 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ 人参 コーン 黄桃缶 パイン缶 レーズン キャベツ 青のり	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ トマトドレッシング 麦茶
15	水	ご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き ひじきとさつま芋の煮物 グレープフルーツ 麦茶	ミルクくずもち ウエハース 牛乳	味噌 厚揚げ 赤魚 牛乳 きな粉	米 小切麩 砂糖 さつま芋 片栗粉 ウエハース	昆布 干しいたけ 小松菜 しょうが ひじき しらたき 人参 グリーンピース グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん だし醤油 麦茶
16	木	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き コールスローサラダ バナナ 麦茶	クッキー 麦茶	鶏肉 チーズ	米 さつま芋 油 砂糖 クッキー	チンゲン菜 えのき茸 玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり 人参 バナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶
17	金	ご飯 オニオン中華スープ 豆腐の五目煮 バンバンジー風サラダ チーズ 麦茶	ゆかりおにぎり 小魚 麦茶	木綿豆腐 豚肉 鶏肉 チーズ 煮干し	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 ゆかり	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 麦茶
18	土	豚肉のしょうが焼き丼 春雨スープ 白菜のゆかり和え 麦茶	レーズン蒸しパン 麦茶	豚肉	米 油 ごま油 春雨 薄力粉 砂糖	玉ねぎ しょうが 万能ねぎ キャベツ 干しいたけ 白菜 きゅうり 人参 ゆかり レーズン	水 だし醤油 料理酒 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 麦茶 塩 ベーキングパウダー 水 チキンスープの素
20	月	麦ご飯 コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め じゃが芋のおかか和え パイナップル 麦茶	五平餅 小魚 麦茶	豚肉 かつお節 味噌 煮干し	米 押し麦 油 砂糖 じゃが芋 ごま	小松菜 人参 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく さやいんげん パイナップル	水 チキンスープの素 塩 料理酒 みりん トマトケチャップ こいくちしょうゆ 麦茶
21	火	【小満】わかめご飯 味噌汁 かき揚げ キャベツの和風マヨサラダ 麦茶	こずくまんじゅう 牛乳	味噌 木綿豆腐 干しえび 牛乳	米 薄力粉 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ ごま 黒糖まんじゅう	炊き込みわかめ 昆布 干しいたけ チンゲン菜 なめこ 玉ねぎ アスパラガス 人参 青のり キャベツ コーン	水 こいくちしょうゆ 麦茶
22	水	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 牛乳	味噌 豚肉 木綿豆腐 油揚げ 鶏卵 牛乳	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 えのき茸 わかめ 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
23	木	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 納豆和え オレンジ 麦茶	カップヨーグルト ウエハース 麦茶	さば 味噌 納豆 ヨーグルト	米 小切麩 砂糖 ウエハース	昆布 干しいたけ 大根 しめじ しょうが 白菜 ほうれん草 人参 オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶
24	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	鶏そぼろおにぎり 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	水 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
25	土	タコライス コンソメスープ 小松菜とツナの和え物 麦茶	オレンジゼリー 牛乳	豚肉 チーズ ツナ 牛乳	米 じゃが芋 砂糖	にんにく キャベツ トマト チンゲン菜 玉ねぎ 小松菜 大根 人参 焼きのり オレンジジュース アガー	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 中濃ソース
27	月	焼きそば コンソメスープ 野菜のごま和え ヨーグルト 麦茶	しらすのおにぎり 麦茶	豚肉 かつお節 ヨーグルト スキムミルク しらす	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 青のり 大根 ほうれん草 コーン 白菜 チンゲン菜	水 チキンスープの素 塩 水 こいくちしょうゆ 麦茶
28	火	ご飯 味噌汁 肉じゃが 春野菜のサラダ グレープフルーツ 麦茶	シュークリーム 牛乳	味噌 高野豆腐 豚肉 クリーム 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 シュー	昆布 干しいたけ 白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 さやいんげん キャベツ コーン アスパラガス トマト グレープフルーツ	水 だし醤油 穀物酢 塩 麦茶
29	水	ご飯 味噌汁 厚揚げのカレー煮 もやしのしらす和え りんご 麦茶	さつま芋といりこの 甘辛和え 麦茶	味噌 厚揚げ 豚肉 しらす 煮干し	米 じゃが芋 片栗粉 砂糖 油 ごま油 さつま芋 ごま	昆布 干しいたけ ほうれん草 わかめ 玉ねぎ しめじ 人参 もやし チンゲン菜 りんご	水 カレー粉 塩 料理酒 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢 だし醤油 麦茶
30	木	マーボー豆腐丼 わかめスープ ラーメン中華和え 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 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
31	金	ご飯 味噌汁 手作りがんもどき ビーフンの和え物 麦茶	トマト風米粉の フォカッチャ 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏肉 チーズ 牛乳	米 片栗粉 パン粉 油 ビーフン 砂糖 ごま油 ごま 米粉パンミックス	昆布 干しいたけ 白菜 しめじ 切干大根 ひじき 人参 万能ねぎ しょうが 小松菜 玉ねぎ	水 こいくちしょうゆ 塩 だし醤油 穀物酢 麦茶 ベーキングパウダー

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。