



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。