



5月献立表



令和3年

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				
1	土	豚肉の生姜焼き丼 春雨スープ キャベツのゆかり和え バナナ 麦茶	カップヨーグルト 麦茶	豚肉 干しえび ヨーグルト	米 油 ごま油 春雨	玉ねぎ しょうが 万能ねぎ 白菜 干しいたけ キャベツ ほうれん草 人参 ゆかり バナナ	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
6	木	玄米入りご飯 ドライカレー トマトドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	豆乳くずもち ウエハース 麦茶	豚ひき肉 豆乳 きな粉	米 玄米 油 マカロニ 砂糖 片栗粉 ウエハース	玉ねぎ 人参 コーン オレンジ	水 カレールウ 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
7	金	ご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き 納豆和え パイナップル 麦茶	マーブル蒸しパン 牛乳	味噌 赤魚 納豆 牛乳	米 じゃが芋 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ 玉ねぎ わかめ しょうが 白菜 人参 ほうれん草 パイナップル	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー ココア
8	土	ちゃんぽん風うどん もやしとわかめの和え物 バナナ 麦茶	ピラフ 小魚 麦茶	豚肉 煮干し	うどん ごま油 砂糖 ごま 米 油	人参 白菜 玉ねぎ 小松菜 昆布 干しいたけ もやし きゅうり わかめ バナナ コーン パセリ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 穀物酢 麦茶 チキンスープの素
10	月	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース焼き 三色のり和え 麦茶	りんごゼリー ウエハース 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉	米 砂糖 油 ウエハース	昆布 干しいたけ 南瓜 玉ねぎ しょうが にんにく りんご 白菜 ほうれん草 人参 焼きのり りんごジュース アガー	水 こいくちしょうゆ みりん だし醤油 麦茶
11	火	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 切干大根の炒め煮 オレンジ 麦茶	ごまクッキー 牛乳	味噌 鶏肉 油揚げ 鶏卵 牛乳	米 塩こうじ 油 薄力粉 砂糖 無塩バター ごま	昆布 干しいたけ 人参 えのき茸 チンゲン菜 切干大根 小松菜 オレンジ	水 だし醤油 麦茶
12	水	ご飯 すまし汁 さわらのごま味噌焼き じゃが芋と高野豆腐の煮物 チーズ 麦茶	バナナヨーグルト ウエハース 麦茶	さわら 味噌 高野豆腐 チーズ ヨーグルト スキムミルク	米 ごま 砂糖 じゃが芋 ウエハース	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 しょうが 人参 グリーンピース バナナ	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん だし醤油 麦茶
13	木	ご飯 味噌汁 照り焼きハンバーグ アスパラサラダ 麦茶	きな粉ラスク 牛乳	味噌 豚ひき肉 木綿豆腐 きな粉 牛乳	米 さつま芋 パン粉 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 食パン 無塩バター 砂糖	昆布 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 玉ねぎ 大根 アスパラガス 人参	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
14	金	ご飯 オニオンスープ 豚肉と春雨炒め パンバンジー風サラダ 麦茶	カップケーキ 牛乳	豚肉 鶏肉 鶏卵 牛乳	米 油 春雨 ごま油 砂糖 ごま 無塩バター 薄力粉	玉ねぎ しめじ パセリ キャベツ 人参 なら きゅうり もやし	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー
15	土	鶏そぼろ丼 味噌汁 ブロッコリーのおかか和え バナナ 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	鶏肉 味噌 かつお節 きな粉 牛乳	米 油 砂糖 小切麩 マカロニ	玉ねぎ しょうが ほうれん草 焼きのり 昆布 干しいたけ 長ねぎ ブロッコリー もやし バナナ	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
17	月	ご飯 味噌汁 さばの漬け焼き ひじきの煮物 パイナップル 麦茶	中華風カステラ 牛乳	味噌 高野豆腐 さば 油揚げ 鶏卵 牛乳	米 ごま油 砂糖 無塩バター 薄力粉	昆布 干しいたけ 大根 わかめ しょうが ひじき しらたき 人参 さやいんげん パイナップル	水 料理酒 こいくちしょうゆ だし醤油 麦茶 ベーキングパウダー
18	火	焼きそば コンソメスープ ポテトサラダ チーズ 麦茶	おかかおにぎり 麦茶	豚肉 かつお節 チーズ	蒸し中華麺 油 砂糖 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 青のり 白菜 コーン ほうれん草 きゅうり	中濃ソース チキンスープの素 塩 水 麦茶 こいくちしょうゆ
19	水	マーボー豆腐丼 ワンタンスープ もやしと小松菜の和え物 麦茶	スイートパンプキン 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 スキムミルク 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ワンタン 油 ごま 無塩バター	長ねぎ しょうが にんにく 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 南瓜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 麦茶
20	木	雑穀ご飯 チキンカレー スティック野菜 バナナ 麦茶	ミルクゼリー ウエハース 麦茶	鶏肉 味噌 牛乳	米 きび 黒米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース	玉ねぎ 人参 きゅうり 大根 バナナ アガー	水 カレールウ 麦茶
21	金	【小満】わかめご飯 味噌汁 アスパラと干しえびのかき揚げ 野菜のごま和え 麦茶	ジャムサンド 牛乳	味噌 干しえび ロースハム 牛乳	米 さつま芋 薄力粉 油 ごま 砂糖 食パン いちごジャム	わかめご飯の素 昆布 干しいたけ なめこ 万能ねぎ 玉ねぎ アスパラガス 人参 青のり キャベツ 小松菜	水 こいくちしょうゆ 麦茶
22	土	焼き肉丼 中華スープ ほうれん草ナムル オレンジ 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 油 ごま ごま油 砂糖 薄力粉	玉ねぎ にんにく しょうが 白菜 干しいたけ わかめ ほうれん草 もやし 人参 オレンジ	水 こいくちしょうゆ みりん チキンスープの素 麦茶 ベーキングパウダー
24	月	麦ご飯 コンソメスープ 鮭のマヨネーズ焼き 春野菜のサラダ チーズ 麦茶	オレンジゼリー ウエハース 麦茶	鮭 チーズ	米 押し麦 ノンエッグマヨネーズ 油 砂糖 ウエハース	南瓜 人参 チンゲン菜 キャベツ コーン アスパラガス トマト オレンジジュース アガー	水 チキンスープの素 塩 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 麦茶
25	火	ご飯 味噌汁 手作りがんもどき ビーフンサラダ 麦茶	じゃがバター 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏肉 牛乳	米 砂糖 片栗粉 油 ビーフン じゃが芋 無塩バター	昆布 干しいたけ 白菜 えのき茸 わかめ ひじき 人参 万能ねぎ ほうれん草	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 穀物酢 麦茶
26	水	タコライス コンソメスープ 小松菜とツナの炒め物 バナナ 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	豚ひき肉 チーズ ツナ	米 油 さつま芋	にんにく キャベツ トマト 玉ねぎ コーン 小松菜 人参 バナナ わかめご飯の素	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
27	木	丸パン 野菜スープ スパニッシュオムレツ コールスローサラダ 麦茶	五平餅 牛乳	鶏卵 味噌 牛乳	丸パン じゃが芋 油 砂糖 米 ごま	小松菜 人参 しめじ 玉ねぎ トマト パセリ キャベツ きゅうり	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶 みりん
28	金	親子丼 味噌汁 なめたけ和え 麦茶	餃子の皮ピザ 牛乳	鶏肉 鶏卵 味噌 ウインナー チーズ 牛乳	米 じゃが芋 小切麩 ぎょうざの皮	人参 玉ねぎ 焼きのり 昆布 干しいたけ 万能ねぎ 白菜 ほうれん草 なめ茸 ピーマン	水 だし醤油 こいくちしょうゆ 麦茶 トマトケチャップ
29	土	豚丼 味噌汁 大根の人参ドレッシング和え オレンジ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 クラッカー マシュマロ	玉ねぎ しらたき 昆布 干しいたけ キャベツ 小松菜 大根 きゅうり 人参 オレンジ	水 料理酒 だし醤油 塩 人参ドレッシング 麦茶
31	月	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き キャベツの和風マヨサラダ パイナップル 麦茶	蒸しパン 牛乳	味噌 鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ わかめ 長ねぎ にんにく しょうが 青のり キャベツ 人参 コーン パイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 塩 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。