



# 5月献立表



令和4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				
2	月	麦ご飯 コンソメスープ たらのコーンマヨネーズ焼き 春野菜のトマトドレッシングサラダ チーズ 麦茶	ココア蒸しパン 牛乳	たら チーズ 牛乳	米 押し麦 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	わかめ 玉ねぎ 人参 コーン パセリ キャベツ アスパラガス パプリカ	水 チキンスープの素 塩 料理酒 トマトドレッシング 麦茶 ベーキングパウダー
6	金	玄米入りご飯 ひき肉入りカレー キャベツのサラダ グレープフルーツ 麦茶	豆乳くずもち ビスケット 麦茶	豚ひき肉 豆乳 きな粉	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 片栗粉 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 キャベツ 大根 コーン グレープフルーツ	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶
7	土	鶏肉の照り焼き丼 味噌汁 三色のり和え オレンジ 麦茶	カップヨーグルト ウエハース 麦茶	鶏肉 味噌 高野豆腐 ヨーグルト	米 砂糖 ウエハース	昆布 干しいたけ 南瓜 えのき茸 白菜 ほうれん草 人参 焼きのり オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 万能つゆ 麦茶
9	月	【立夏・こどもの日】赤飯 すまし汁 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	塩焼きうどん 麦茶	小豆 豚ひき肉 豚肉 干しえび	米 もち米 ごま パン粉 片栗粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ うどん ごま油	昆布 干しいたけ 大根 わかめ 玉ねぎ アスパラガス 人参 オレンジ なら	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 チキンスープの素
10	火	ご飯 味噌汁 厚揚げと野菜の煮物 もやしのサラダ パイナップル 麦茶	蒸しパン 牛乳	味噌 厚揚げ 豚肉 牛乳	米 じゃが芋 片栗粉 砂糖 油 薄力粉	昆布 干しいたけ しめじ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり パイナップル	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢 麦茶
11	水	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 五色和え パナナ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	味噌 油揚げ 鶏肉	米 塩こうじ さつま芋 ごま 砂糖 ウエハース	昆布 干しいたけ 大根 ほうれん草 きゅうり 人参 しめじ つきこん パナナ ぶどうジュース アガー	水 こいくちしょうゆ 麦茶
12	木	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ キャベツとハムのマヨサラダ グレープフルーツ 麦茶	五平餅 小魚 麦茶	鶏卵 ロースハム 味噌 煮干し	米 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ごま	人参 エリンギ チンゲン菜 玉ねぎ トマト パセリ キャベツ コーン グレープフルーツ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶 みりん
13	金	ご飯 味噌汁 手作りがんもどき 大根のなめたけ和え チーズ 麦茶	あんまん風カップ蒸しパ ン 牛乳	味噌 木綿豆腐 鶏肉 チーズ あずき 牛乳	米 さつま芋 砂糖 片栗粉 油 薄力粉	昆布 干しいたけ キャベツ 長ねぎ ひじき 人参 万能ねぎ 大根 ほうれん草 なめ茸	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 麦茶 ベーキングパウダー
14	土	豚肉の味噌炒め丼 すまし汁 白菜としらすのサラダ オレンジ 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	豚肉 味噌 しらす きな粉 牛乳	米 油 砂糖 小切麩 ごま油 マカロニ	玉ねぎ しょうが 昆布 干しいたけ わかめ 小松菜 白菜 きゅうり オレンジ	水 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢 麦茶
16	月	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のトマトソースがけ 三色ピクルス パイナップル 麦茶	中華風カステラ 牛乳	鶏肉 鶏卵 牛乳	米 薄力粉 油 砂糖 ごま油 無塩バター	南瓜 白菜 パセリ 玉ねぎ ダイストマト 大根 人参 コーン パイナップル	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
17	火	焼きそば 中華スープ ポテトサラダ りんごゼリー 麦茶	ツナおにぎり 麦茶	豚肉 ツナ	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 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 わかめ しめじ チンゲン菜 きゅうり りんごジュース アガー	中濃ソース チキンスープの素 こいくちしょうゆ 水 塩 麦茶
18	水	ご飯 味噌汁 さばの漬け焼き こんにゃくとごぼうの金平 パナナ 麦茶	いちごプリン ウエハース 麦茶	味噌 高野豆腐 さば さつま揚げ 牛乳	米 ごま油 油 ごま いちごプリンの素 ウエハース	昆布 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 しょうが ごぼう しらたき 人参 さやいんげん パナナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ 万能つゆ 麦茶
19	木	雑穀ご飯 チキンカレー コーンフレークサラダ ジャムヨーグルト 麦茶	スイートパンプキン 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	米 きび 黒米 じゃが芋 油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり りんごソース 南瓜	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶
20	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 鶏ささみと野菜のごま和え メロン 麦茶	ジャムサンド 牛乳	味噌 干しえび 鶏肉 牛乳	米 薄力粉 油 ごま 砂糖 食パン	わかめご飯の素 昆布 干しいたけ 大根 万能ねぎ なめこ 玉ねぎ アスパラガス 人参 青のり 白菜 ほうれん草	水 こいくちしょうゆ 麦茶
21	土	すき焼き丼 味噌汁 ブロッコリーのゆかり和え グレープフルーツ 麦茶	パナナ蒸しパン 牛乳	豚肉 焼き豆腐 味噌 油揚げ 牛乳	米 薄力粉 砂糖	白菜 しらたき えのき茸 長ねぎ 昆布 干しいたけ 南瓜 わかめ ブロッコリー もやし 人参 ゆかり グレープフルーツ パナナ	水 万能つゆ 料理酒 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
23	月	ご飯 味噌汁 赤魚のみりん焼き 納豆和え オレンジ 麦茶	マーマレードマフィン 牛乳	味噌 赤魚 納豆 鶏卵 牛乳	米 小切麩 里芋 ごま油 砂糖 無塩バター 薄力粉 マーマレード	昆布 干しいたけ 大根 ごぼう 人参 長ねぎ しょうが 白菜 ほうれん草 オレンジ	水 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー
24	火	ご飯 中華スープ 豚肉と春雨の中華炒め キャベツとわかめの和え物 チーズ 麦茶	オレンジゼリー ウエハース 麦茶	豚肉 チーズ	米 ごま油 春雨 砂糖 ごま ウエハース	玉ねぎ しめじ チンゲン菜 もやし 人参 なら キャベツ わかめ きゅうり オレンジジュース アガー	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 穀物酢 万能つゆ 麦茶
25	水	タコライス コンソメスープ 小松菜とツナのソテー ジョア 麦茶	餃子の皮ピザ 麦茶	豚ひき肉 チーズ ツナ ジョア ウインナー	米 油 ぎょうざの皮	にんにく キャベツ トマト 南瓜 セロリー コーン 小松菜 玉ねぎ 人参 ピーマン	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
26	木	ご飯 味噌汁 親子煮 はりはり漬け パイナップル 麦茶	フルーツパン 牛乳	味噌 鶏肉 鶏卵 牛乳	米 小切麩 油 砂糖 フルーツパン	昆布 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 切干大根 小松菜 パイナップル	水 料理酒 万能つゆ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
27	金	丸パン ベーコンと野菜のスープ コロッケ 人参ドレッシングサラダ グレープフルーツ 麦茶	ゆかりおにぎり 小魚 麦茶	ベーコン 煮干し	丸パン コロッケ 油 片栗粉 米	白菜 人参 ブロッコリー もやし コーン グレープフルーツ ゆかり	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング 麦茶
28	土	マーボー豆腐丼 ワンタンスープ さつま芋サラダ オレンジ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ワンタン さつま芋 ノンエッグマヨネーズ クラッカー マシュマロ	長ねぎ しょうが にんにく 人参 干しいたけ なら きゅうり レーズン オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 塩 麦茶
30	月	ちゃんぽん風うどん 青菜の小えび和え グレープフルーツ 麦茶	ピラフ 麦茶	豚肉 さつま揚げ 干しえび ロースハム	うどん ごま油 砂糖 米 無塩バター	人参 白菜 小松菜 昆布 干しいたけ チンゲン菜 大根 グレープフルーツ 玉ねぎ コーン パセリ	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 麦茶 チキンスープの素
31	火	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 パイナップル 麦茶	キャベツたっぷりお好み 焼き 牛乳	さわら 味噌 高野豆腐 豚肉 かつお節 牛乳	米 ごま 砂糖 じゃが芋 油 薄力粉 ノンエッグマヨネーズ	昆布 干しいたけ 切干大根 長ねぎ ほうれん草 しょうが 人参 グリンピース パイナップル キャベツ 青のり	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー 中濃ソース

☆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。