



# 5月献立表



美保関東保育所

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き 和え物 すまし汁 バナナ	米 さわら・キャベツ・玉葱・みりん・砂糖・酒・味噌 きゅうり・大根・ワカメ・すりごま・醤油 人参・しいたけ・さつまいも・薄口醤油・塩	シガーフライ ずんだ団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・枝豆・牛乳・砂糖・塩)
2 (木)	ごはん 納豆のかき揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・納豆・玉葱・人参・ニラ・小麦粉・卵・薄口醤油・塩・酒・油 キャベツ・もやし・ツナ・醤油 南瓜・しめじ・厚揚げ・味噌	クラッカー ブルーベリーケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・卵・牛乳・ブルーベリージャム)
3 (金)	 <b>祝日休所</b> 		
4 (土)	 <b>祝日休所</b> 		
6 (月)	 <b>祝日休所</b> 		
7 (火)	 <b>お弁当の日</b>  お弁当には必ず火を通したものをに入れていただきますようお願いいたします。 ミニトマト・ぶどう等丸いものを入れる場合には小さくカットするなどの工夫をお願いします。		リッツ 麩のラスク (麩・砂糖・バター)
8 (水)	ごはん 魚のねぎ照り焼き カリコリ和え 味噌汁 バナナ	米 鮭・葱・みりん・醤油 きゅうり・大根・キャベツ・ゆかり 木綿豆腐・しめじ・油揚げ・味噌	シガーフライ フライドポテト (じゃが芋・粉チーズ・コンソメ・油)
9 (木)	親子丼 和え物 なめこの味噌汁 オレンジ	米・鶏もも肉・卵・玉葱・人参・椎茸・葱・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 小松菜・もやし・ツナ・醤油 じゃが芋・なめこ・大根・味噌	クラッカー クラッカーサンド (クラッカー・マーマレード)
10 (金)	食パン 鶏のバーベキューソース 元気サラダ スープ バナナ	食パン 鶏もも肉・小麦粉・ケチャップ・中農ソース・砂糖 大根・人参・きゅうり・かつお節・砂糖・酢・薄口醤油・ごま油 玉葱・もやし・キャベツ・コーン・鶏ガラ	黒ゴマビスケット 牛しぐれおにぎり (米・牛バラ・油・醤油・砂糖・生姜・海苔)
11 (土)	ガーリックライス スープ バナナ	米・にんにく・パセリ・ツナ・バター・塩・こしょう・コンソメ 玉葱・人参・椎茸・もやし・コンソメ	たべっこ動物 せんべい
13 (月)	ごはん ハンバーグ アスパラソテー スープ バナナ	米 豚挽肉・玉葱・人参・長いも・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ・中農ソース・砂糖・ピザ アスパラ・キャベツ・ハム・コーン・塩・バター もやし・えのき・木綿豆腐・椎茸・コンソメ	せんべい りんごマフィン (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・バター・リンゴ)
14 (火)	ごはん 鶏のさっぱり煮 ゆでスナップエンドウ 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・酢 スナップエンドウ・マヨネーズ・醤油 玉葱・じゃが芋・しめじ・ワカメ・味噌	リッツ ツナマヨトースト (食パン・ツナ・コーン・チーズ)
15 (水)	<b>持ち帰り給食</b>		
16 (木)	こいのぼりライス オーロラレバー サラダ レタススープ いちご	米・豚挽肉・人参・コーン・油・ケチャップ・コンソメ・きゅうり・人参・チーズ・アスパラ 鶏レバー・片栗粉・油・ケチャップ・マヨネーズ キャベツ・ちくわ・人参・薄口醤油・砂糖・油・酢 レタス・玉葱・コーン・ウインナー・コンソメ	クラッカー 鮭のポテトおやき (鮭フレーク・じゃが芋・片栗粉・バター)

	献立名	材料名	おやつ
17 (金)	ごはん 豚の生姜焼き もみのり和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・生姜・玉葱・もやし・キャベツ・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 人参・きゅうり・切干大根・しらす・海苔・醤油 椎茸・さつまいも・油揚げ・味噌	黒ゴマビスケット 紅茶クッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖・茶葉)
18 (土)	もやしの中華風ごはん スープ バナナ	米・もやし・豚挽肉・砂糖・醤油・酒・ごま・ごま油 じゃが芋・椎茸・ニラ・玉葱・コンソメ	動物ビスケット せんべい
20 (月)	ごはん 鶏のねぎ塩焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏もも肉・酒・塩・葱 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 キャベツ・しめじ・大根・味噌	ビスケット ココアパイ (パイ生地・グラニュー糖・ココア)
21 (火)	塩豚うどん ウインナー オクラのごま和え オレンジ	うどん・豚バラ・玉葱・もやし・キャベツ・葱・中華だし・塩・酒・ごま油 ウインナー オクラ・人参・すりごま・醤油・砂糖	リッツ マヨ昆布おにぎり (米・塩っぺ・マヨネーズ・海苔)
22 (水)	ごはん 魚の味噌バター焼き 和え物 すまし汁 バナナ	ごはん すずき・味噌・鮭・バター ほうれん草・切干大根・ツナ・醤油 もやし・玉葱・人参・三つ葉・薄口醤油・塩	シガーフライ アップルドーナツ (ホットケーキミックス・無塩バター・牛乳・卵・りんご・砂糖・油)
23 (木)	ごはん 卵焼き 切干大根の煮物 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏もも肉・えのき・葱・塩・薄口醤油・みりん・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口醤油・砂糖 玉葱・もやし・大根・ワカメ・味噌	クラッカー フルーチェ (フルーチェ・牛乳)
24 (金)	ごはん 中華風揚げ きゅうりの中華漬け スープ バナナ	米 鶏もも肉・片栗粉・油・にんにく・醤油・酒・みりん・ごま・ごま油 きゅうり・醤油・ごま油・かつお節 木綿豆腐・しめじ・人参・ニラ・鶏ガラ	黒ゴマビスケット 豆乳蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳)
25 (土)	炊き込みごはん 味噌汁 バナナ	米・鶏もも肉・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口醤油 人参・玉葱・大根・味噌	たべっこ動物 せんべい
27 (月)	ごはん 中華炒め 中華サラダ 中華スープ バナナ	米 豚もも肉・にんにく・生姜・パプリカ・エリンギ・キャベツ・なす・春雨・醤油・酒・ごま油 きゅうり・切干大根・しらす・酢・薄口醤油・砂糖・ごま油 卵・えのき・玉葱・人参・鶏ガラ	ビスケット おにぎり (米・ふりかけ)
28 (火)	ごはん 豚大根 しおっぺ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚もも肉・大根・人参・こんにゃく・生姜・味噌・砂糖・みりん・醤油・油 キャベツ・きゅうり・塩こんぶ さつまいも・ワカメ・しめじ・卵・味噌	リッツ ポーロ (小麦粉・砂糖・バター・油)
29 (水)	ごはん 魚のみぞれ竜田揚げ 和え物 味噌汁 バナナ	米 サバ・片栗粉・油・大根・なめこ・葱・みりん・酒・薄口醤油・醤油 小松菜・しめじ・切干大根・醤油・かつお節 キャベツ・人参・厚揚げ・味噌	シガーフライ もちもちココアパン (白玉粉・牛乳・油・砂糖・ココア)
30 (木)	ごはん 鶏の甘酢焼き ポテトサラダ 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉・砂糖・みりん・酒・醤油・酢・葱 じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ しめじ・玉葱・豆腐・葱・味噌	クラッカー 小倉抹茶ケーキ (ホットケーキミックス・小豆・抹茶・牛乳・バター)
31 (金)	カレーライス 粉チーズ 黒ゴマサラダ バナナ	米・豚もも肉・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・カレールウ 粉チーズ キャベツ・もやし・きゅうり・黒ゴマ・醤油	黒ゴマビスケット ゼリー

★未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます★

★マヨネーズ・ビスケットは卵・乳不使用のものを使用しています★

毎月献立表を確認し、食べていないものがあれば  
必ずその日までに食べていただくようお願いします。

食べていないものがある場合は担任まで伝えて頂くようお願いします。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください