



5月 給食献立表



2021年

日 曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1 土	五目ご飯 じゃがいもの煮物 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・豚もも・木綿豆腐 甘みそ	米・なたね油・じゃがいも・砂糖 ポップコーン	ごぼう・にんじん・乾しいたけ・なめこ たまねぎ・グリーンピース	幼児
6 木	夕焼けご飯 肉じゃが チンゲンサイと油揚げの胡麻和え えのきとわかめのすまし汁	牛乳 ミルクわらび餅	豚ロース・油揚げ・普通牛乳 低脂肪牛乳・スキムミルク・きな粉	米・ごま油・じゃがいも・砂糖 なたね油・ごま・焼きふ さつまいもでん粉	にんじん・たまねぎ・生しいたけ グリーンピース・チンゲンサイ わかめ・えのきたけ	離乳食
7 金	米飯 鮭のみそマヨネーズ焼き チーズサラダ ワカメと玉葱の味噌汁	牛乳 タコあげ	ペにざけ・甘みそ・プロセスチーズ 油揚げ・普通牛乳・まだこ	米・マヨネーズ・砂糖・なたね油 薄力粉	根菜ねぎ・たまねぎ・きゅうり・トマト にんじん・わかめ・キャベツ・スイート アオのり	幼児
8 土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 大根のそぼろ煮 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ごぼうスナック	普通牛乳・豚かたロース・鶏ひき肉 木綿豆腐・甘みそ	米・なたね油・砂糖・かたくり粉 小麦粉あられ	にんじん・大根・こまつな	幼児
10 月	米飯 鯖の味噌焼き 揚げポテトサラダ えのきとわかめのすまし汁	牛乳 チヂミ	さわら・淡色辛みそ・ロースハム 普通牛乳・鶏卵・しらす干し	米・砂糖・ごま・じゃがいも マヨネーズ・焼きふ・薄力粉 なたね油・ごま油・上新粉	しそ・にんじん・きゅうり・えのきたけ わかめ・たまねぎ・にら	幼児
11 火	米飯 れんこんハンバーグ ひじきとほうれん草の納豆和え 厚揚げと根菜の味噌汁 バナナ	牛乳 もちもちチーズパン	牛ひき肉・豚ひき肉・挽きわり納豆 しらす干し・かつお節・生揚げ 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳 パルメザンチーズ	米・パン粉・なたね油・白玉粉	たまねぎ・れんこん・ほうれんそう ほしひじき・大根・ごぼう・ぶなしめじ にんじん・バナナ	幼児
12 水	米飯 鯖のチーズパン粉焼き レンコンのカレー炒め かきたま汁	牛乳 フルーツゼリー	まさば・パルメザンチーズ ベーコン・鶏卵・普通牛乳	米・パン粉・なたね油・焼きふ 砂糖	しょうが・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・スイート・生しいたけ れんこん・ほうれんそう・みかん缶詰 バナナ・ネクタリン・寒天 パインアップル缶詰	おひさま
13 木	カレーうどん 小松菜と焼き海苔のサラダ レバーの甘辛和え	お茶 桜エビのおにぎり	豚もも・油揚げ・鶏肝臓・干しえび	うどん・なたね油・かたくり粉 ごま・砂糖・米・有塩バター ごま油	たまねぎ・にんじん・根菜ねぎ りょくとうもやし・小松菜・にんじん 焼きのり・あおのり・スイート	幼児
14 金	米飯 ボークビーンズ 豆腐サラダ ゆで卵 バナナ	牛乳 メロンパンクッキー	豚かた・だいず・木綿豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・無塩バター なたね油・砂糖・マヨネーズ ｷｯｸｰｷｯｸ	たまねぎ・にんじん・きゅうり ほうれんそう・バナナ・グリーンピース	幼児
15 土	鮭のまぶしご飯 ｼﾞｶ 仔のそぼろ煮 かぼちゃの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳・塩ざけ・牛ひき肉 豚ひき肉・甘みそ・油揚げ	米・じゃがいも・かたくり粉 砂糖・ポテトチップス	グリーンピース・たまねぎ・西洋かぼちゃ 干しひじき	幼児
17 月	米飯 鯖のフライ ひじきのごまサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 心のラスク	まあじ・しらす干し・木綿豆腐 甘みそ・普通牛乳・クリーム 鶏卵	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・砂糖・ごま・焼きふ 有塩バター	ほしひじき・にんじん・きゅうり スイート・こまつな	幼児
18 火	米飯 筑前煮 ほうれん草の白和え キャベツの味噌汁 オレンジ	牛乳 マーブル蒸しパン	鶏もも・焼き竹輪・木綿豆腐 甘みそ・普通牛乳・スキムミルク 油揚げ・鶏卵	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 ごま・ｷｯｸｰｷｯｸ	にんじん・たけのこ・グリーンピース 生しいたけ・れんこん・ほうれんそう キャベツ・たまねぎ・ごぼう パレンシアオレンジ	幼児
19 水	鶏とひじきの混ぜご飯 鯖の塩麹焼き 小松菜の梅じゃこ和え 豆腐とニラの味噌汁 バナナ	牛乳 カルシウムヨーグルト	鶏もも・ペにざけ・しらす干し 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト・油揚げ	米・砂糖・塩麹	にんじん・生しいたけ・さやいんげん ほしひじき・こまつな・梅干し・にら たまねぎ・にんじん・バナナ	なぎさ
20 木	赤飯 鶏肉の竜田揚げ 彩りサラダ ぶた汁	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・鶏もも・プロセスチーズ ロースハム・豚かたロース・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・鶏卵・ｷｯｸｰｸﾘｰﾑ	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 ｷｯｸｰｷｯｸ、マーガリン	ブロッコリー・にんじん・きゅうり ごぼう・はくさい・りょくとうもやし 大根・パインアップル缶詰	幼児
21 金	米飯 すき焼き 桜エビのサラダ 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 グリーンホットケーキ	牛かたロース・焼き豆腐・干しえび 木綿豆腐・普通牛乳・鶏卵 スキムミルク	米・砂糖・焼きふ・なたね油 マヨネーズ・ｷｯｸｰｷｯｸ 有塩バター・メープルシロップ	はくさい・しゅんぎく・生しいたけ えのきたけ・ブロッコリー・キャベツ ほうれんそう・たまねぎ・にんじん 根菜ねぎ	幼児
22 土	ハヤシライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳 野菜スナック	普通牛乳・牛もも	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 コーンスナック	たまねぎ・にんじん・レタス・きゅうり ブロッコリー・パレンシアオレンジ トマト	幼児
24 月	米飯 鯖のごま風味煮 豆腐サラダ ぶた汁 オレンジ	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	さわら・木綿豆腐・豚かたロース 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・ごま・砂糖・なたね油 ブルーベリージャム・ビスケット	きゅうり・ほうれんそう・にんじん ごぼう・はくさい・りょくとうもやし 大根・パレンシアオレンジ	幼児
25 火	米飯 鶏の甘辛和え 春雨サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 バナナケーキ	鶏もも・ロースハム・鶏卵・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・ｷｯｸｰｸﾘｰﾑ	米・かたくり粉・砂糖・普通はるさめ マヨネーズ・薄力粉・無塩バター	ブロッコリー・きゅうり・にんじん 西洋かぼちゃ・たまねぎ・バナナ	幼児
26 水	お弁当	牛乳 カリボテ	普通牛乳	せんべい		幼児
27 木	米飯 あじの南蛮漬け ごぼうサラダ 小松菜の味噌汁	牛乳 胡麻クッキー	まあじ・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 鶏卵	米・車糖・なたね油・かたくり粉 ごま油・マヨネーズ・薄力粉・砂糖 無塩バター・ごま	たまねぎ・にんじん・青ピーマン ごぼう・きゅうり・こまつな	離乳食
28 金	ﾎｰﾙｰｰﾞ-ｶﾞ-ﾞﾃﾞｲ 野菜サラダ ｼﾞｶ 仔のポターージュ バナナ	牛乳 フレンチトースト	豚ひき肉・牛ひき肉・低脂肪牛乳 スキムミルク・普通牛乳・鶏卵	ｺｰ-ｶﾞ-ﾞﾃﾞｲ・有塩バター オリーブ油・砂糖・なたね油・薄力粉 じゃがいも・食パン	たまねぎ・にんじん・セロリー トマト缶詰・レタス・きゅうり・トマト ブロッコリー・パセリ・バナナ	幼児
29 土	鶏そぼろ丼 かぼちゃの煮物 ワカメと玉葱の味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・鶏ひき肉・甘みそ 油揚げ	なたね油・砂糖・米・ポップコーン	スイート・にんじん・グリーンピース 西洋かぼちゃ・わかめ・たまねぎ	幼児
31 月	米飯 焼き鯖の煮付け 小松菜の白和え きのこの味噌汁 バナナ	牛乳 チーズカレーパン	まさば・木綿豆腐・普通牛乳 豚ひき肉・プロセスチーズ・甘みそ	米・砂糖・食パン・なたね油 ごま	たまねぎ・しょうが・こまつな 乾しいたけ・なめこ・えのきたけ ぶなしめじ・バナナ・西洋かぼちゃ にんじん・トマト缶詰	幼児
1 火	米飯 トマト入り肉じゃが もやしの胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	豚ロース・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・ヨーグルト	米・じゃがいも・なたね油・砂糖 ごま	たまねぎ・トマト・さやいんげん りょくとうもやし・きゅうり・にんじん りんご・バナナ・みかん缶詰・なめこ パインアップル缶詰・ネクタリン	幼児
2 水	米飯 鶏つくねの照り煮 切り干し大根と昆布の煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	鶏ひき肉・木綿豆腐・豚もも・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・きな粉	米・かたくり粉・なたね油 砂糖・ごま油・ｺｰ-ｶﾞ-ﾞﾃﾞｲ パン粉	根菜ねぎ・しょうが・たまねぎ 青ピーマン・刻み昆布・切干しいたけ にんじん・キャベツ	おひさま
3 木	米飯 マーボはるさめ ポテトサラダ 豆腐とワカメの味噌汁 オレンジ	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	牛ひき肉・豚ひき肉・ロースハム 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 低脂肪牛乳・スキムミルク	米・普通はるさめ・じゃがいも マヨネーズ・ｷｯｸｰｷｯｸ、ごま油	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 生しいたけ・きゅうり・わかめ パレンシアオレンジ・西洋かぼちゃ	幼児

※献立は都合により、変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは基本は市販のおやつを使用しています。