



5月 給食献立表



日	曜	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	月	米飯 厚揚げとミンチの中華煮 きゅうりと人参の酢の物 小松菜の味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	生揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉 しらす干し・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・ヨーグルト	米・ごま油・なたね油・かたくり粉 砂糖・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ	たまねぎ・にんじん・生しいだけ グリーンピース・きゅうり・こまつな わかめ・パインアップル缶詰・ネクタリン バナナ・みかん缶詰	幼児
2	火	米飯 さばの照り焼き 春雨の酢の物 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 こいのぼりクッキー	まさば・木綿豆腐・普通牛乳 鶏卵・鶏卵・甘みそ	米・ごま・砂糖・普通はるさめ 無塩バター・薄力粉	きゅうり・わかめ・にんじん・なめこ たまねぎ・レモン	幼児
6	土	鮭のまぶしご飯 かぼちゃの煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・塩ざけ・木綿豆腐 甘みそ	米・砂糖・ポップコーン	グリーンピース・ほしひじき・西洋かぼちゃ こまつな・たまねぎ・にんじん	幼児
8	月	米飯 鮭のレモン和え ひじきの煮物 豆腐とワカメの味噌汁 パナナ	牛乳 チーズケーキ	へにさげ・油揚げ・木綿豆腐 普通牛乳・クリームチーズ・鶏卵 甘みそ・スキムミルク	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 薄力粉	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・ほしひじき・たまねぎ・わかめ バナナ	幼児
9	火	米飯 シュウマイ 切り干し大根の白和え かきたま汁	牛乳 マーブル蒸しパン	豚ひき肉・木綿豆腐・普通牛乳 スキムミルク・鶏卵	米・ごま油・しゅうまいの皮 ごま・砂糖・焼きふ・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ かたくり粉	しょうが・はくさい・乾しいだけ ほうれんそう・にんじん・生しいだけ きゅうり・切り干しだいこん	幼児
10	水	ﾎﾞﾚｰﾄﾞ'ｵﾌﾞ' ﾍﾞｰｸ' ﾍﾞｰｷﾝｸﾞ 野菜サラダ 春野菜のポタージュ オレンジ	牛乳 チーズカレーパン	豚ひき肉・牛ひき肉・低脂肪牛乳 スキムミルク・普通牛乳 フロセスチーズ	ｶﾎｰﾆｰ' ﾍﾞｰｸ' ﾍﾞｰｷﾝｸﾞ・有塩バター オリーブ油・砂糖・なたね油 じゃがいも・食パン	たまねぎ・にんじん・セロリー・にんにく トマト缶詰・レタス・きゅうり・トマト フロッキー・グリーンピース パレンシアオレンジ・西洋かぼちゃ	なぎさ
11	木	炊き込みご飯 焼き鯖の煮付け ひじきとほうれん草の納豆和え 卵と切り干し大根の味噌汁	牛乳 ホットケーキ	豚ひき肉・油揚げ・まさば 挽きわり納豆・しらす干し 鶏卵・普通牛乳・スキムミルク かつお節・甘みそ	米・なたね油・砂糖・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ 有塩バター・メープルシロップ	にんじん・生しいだけ・ごぼう さやいんげん・たまねぎ・しょうが ほうれんそう・にんじん・ほしひじき 切り干しだいこん	幼児
12	金	米飯 酢豚 チンゲンサイと桜エビの胡麻和え 大根の味噌汁	牛乳 きな粉クッキー	豚ばら・油揚げ・さくらえび 普通牛乳・きな粉・鶏卵・甘みそ	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 ごま油・薄力粉・無塩バター ごま	しょうが・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・たけのこ・チンゲンサイ りょくとうもやし・わかめ・えのきたけ 大根・生しいだけ	幼児
13	土	中華どんぶり 小松菜の胡麻和え たまねぎの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳・豚かた・油揚げ 甘みそ	米・かたくり粉・ごま油・ごま ポテトチップス・砂糖	はくさい・だいずもやし・生しいだけ にんじん・たけのこ・こまつな たまねぎ・えのきたけ・わかめ	幼児
15	月	米飯 カレイの野菜あんかけ 切り干し大根と昆布の煮物 かぼちゃの味噌汁 オレンジ	牛乳 わらび餅	まがれい・豚かた・ローズ・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・きな粉	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 ごま油・さつまいもでん粉	たまねぎ・にんじん・えのきたけ チンゲンサイ・刻み昆布・切り干しだいこん 西洋かぼちゃ・パレンシアオレンジ	幼児
16	火	米飯 チキンごぼう キャベツの胡麻和え えのきとわかめの味噌汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	鶏もも・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 焼きふ・ごま	ごぼう・にんじん・たまねぎ・青ピーマン キャベツ・えのきたけ・わかめ	幼児
17	水	米飯 チーズオムレツ マカロニサラダ 春キャベツとウインナーのスープ バナナ	牛乳 カップゼリー	ベーコン・鶏卵・フロセスチーズ ローズハム・ウインナー・普通牛乳	米・オリーブ油・ｶﾎｰﾆｰ' ﾍﾞｰｸ' ﾍﾞｰｷﾝｸﾞ マヨネーズ・ゼリー	たまねぎ・ほうれんそう・にんじん きゅうり・キャベツ・バナナ	離乳食
18	木	米飯 鯖の味噌焼き ちくわの酢の物 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 マカロニきな粉	へにさげ・煮みそ・焼き竹輪 木綿豆腐・普通牛乳・鶏卵 きな粉	米・砂糖・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ・マカロニ	しそ・きゅうり・わかめ・にんじん ほうれんそう・たまねぎ・えのきたけ	幼児
19	金	米飯 鶏肉と新じゃが芋の旨煮 ほうれん草と人参のしらす和え そつめんの味噌汁	お茶 五平餅	鶏もも・しらす干し・油揚げ 甘みそ	米・じゃがいも・かたくり粉 なたね油・そつめん・ひやむぎ ごま・砂糖	グリーンピース・にんじん・ほうれんそう キャベツ・たまねぎ	幼児
20	土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 野菜スティック	普通牛乳・豚かた・ローズ・鶏ひき肉 生揚げ・甘みそ	米・なたね油・砂糖・かたくり粉 ビスケット	にんじん・大根・ほうれんそう・たまねぎ	幼児
22	月	米飯 鶏肉の甘酢あんかけ 海藻サラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 メロンパンクッキー	鶏もも・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト・鶏卵	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 薄力粉・じゃがいも・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・わかめ セロリー・レタス・きゅうり・にんじん えのきたけ	幼児
23	火	米飯 カルシウムふりかけ 鯖のごま風味煮 もやしの胡麻和え ぶた汁 バナナ	牛乳 キャロットケーキ	煮干し・かつお削り節・まさば 豚かた・ローズ・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・スキムミルク ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ	米・ごま・砂糖・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ マーガリン	あおのり・塩昆布・りょくとうもやし にんじん・大根・ごぼう・はくさい きゅうり・バナナ	幼児
24	水	お弁当	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳	ポテトチップス		
25	木	米飯 鮭のポテト焼き 豆腐サラダ キャベツの味噌汁	牛乳 ふのラスク	へにさげ・木綿豆腐・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・クリーム	米・じゃがいも・マヨネーズ 砂糖・焼きふ・有塩バター なたね油	きゅうり・ほうれんそう・にんじん キャベツ・たまねぎ・パセリ	幼児
26	金	カレーうどん きゅうりと人参の酢の物 レバーの甘辛和え オレンジ	牛乳 カップゼリー	鶏もも・しらす干し・鶏肝臓 普通牛乳・油あげ	うどん・なたね油・かたくり粉 ごま油・ごま・砂糖	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・きゅうり わかめ・パレンシアオレンジ	幼児
27	土	マーボー丼 キャベツの胡麻和え たまねぎの味噌汁	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳・木綿豆腐・牛ひき肉 豚ひき肉・油揚げ・甘みそ	米・なたね油・かたくり粉・ごま 砂糖・ビスケット・ごま油	たまねぎ・にんじん・にら・生しいだけ キャベツ・えのきたけ・わかめ	幼児
29	月	米飯 鯖のチーズパン粉焼き レンコンのカレー炒め 卵とかんぴょうの味噌汁	牛乳 お好み焼き	さわら・パルメザンチーズ 鶏卵・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 豚かた・ローズ・かつお節 ベーコン	米・パン粉・なたね油・薄力粉 ながいも	しょうが・れんこん・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・ｽｲｰﾄ' ﾎｰﾝ'・かんぴょう えのきたけ・キャベツ・あおのり	幼児
30	火	赤飯 ビーフシチュー チーズサラダ ゆで卵 バナナ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛もも・フロセスチーズ 普通牛乳・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ・鶏卵	米・じゃがいも・かたくり粉 砂糖・マヨネーズ・ｷｬｰﾎｰﾐﾝｸﾞ マーガリン・なたね油	たまねぎ・フロッキー・きゅうり トマト・レタス・にんじん・バナナ パレンシアオレンジ	幼児
31	水	米飯 シーチキンがんも 小松菜と焼き海苔のサラダ 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 チーズ春巻き	木綿豆腐・まぐろ缶詰・生揚げ 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳 鶏卵・フロセスチーズ	米・かたくり粉・なたね油・ごま しゅうまいの皮・ごま油	たまねぎ・にんじん・こまつな りょくとうもやし・焼きのり・ごぼう 大根・れんこん・ぶなしめじ	おひさま
1	木	米飯 あじの南蛮漬け ひじきと大豆の煮物 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ	牛乳 畑のクラッカー	まあじ・だいず・絹ごし豆腐 普通牛乳	米・砂糖・ごま油・かたくり粉 ｵｲﾙ' ﾍﾞｰｸ' ﾍﾞｰｷﾝｸﾞ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン ほしひじき・わかめ・パレンシアオレンジ	幼児
2	金	米飯 トマト肉じゃが たこときゅうりの塩麹和え きのこの味噌汁	牛乳 レモンケーキ	豚ロース・まだこ・普通牛乳 スキムミルク・鶏卵・クリーム 甘みそ	米・じゃがいも・なたね油・砂糖 オリーブ油・薄力粉・無塩バター 塩麹	たまねぎ・にんじん・さやいんげん きゅうり・わかめ・乾しいだけ・なめこ トマト・えのきたけ・ぶなしめじ・レモン	幼児
3	土	鶏そぼろ丼 豆腐サラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 野菜スティック	普通牛乳・鶏ひき肉・木綿豆腐 油揚げ・甘みそ	なたね油・砂糖・米・じゃがいも ビスケット	ｽｲｰﾄ' ﾎｰﾝ'・にんじん・グリーンピース ほうれんそう・にんじん・たまねぎ きゅうり・えのきたけ・わかめ	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。
※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来てください。