

5月 給食献立表

2024年

日	曜	昼 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	水	米飯 鶏肉の香味焼き きゅうりとアサの酢の物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 もちもちチーズパン	鶏もも・パルメザンチーズ・しらす干し 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・パン粉・砂糖・白玉粉	青ピーマン・にんじん・にんにく・レモン パセリ・きゅうり・わかめ・こまつな・たまねぎ	なぎさ
2	木	米飯 鮭のレモン和え ひじきの煮物 そうめんの味噌汁 パナナ	牛乳 じゃこトースト	ハにさげ・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 しらす干し・パルメザンチーズ	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 そうめん・ひやむぎ・食パン マヨネーズ	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・バナナ あおのり	幼児
7	火	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とじ ひじきとほうれん草の納豆和え ふとなめこの味噌汁	牛乳 メロンパンクッキー	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 挽きわり納豆・しらす干し・かつお節 甘みそ・普通牛乳	米・砂糖・焼きふ・料理キッズ なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・ほうれん草・ほしひじき なめこ・キャベツ	幼児
8	水	米飯 鮭のポテト焼き レンコンのカレー炒め えのきとわかめの味噌汁 オレンジ	牛乳 アップルクーヘン	ハにさげ・ベーコン・甘みそ 普通牛乳・鶏卵	米・じゃがいも・マヨネーズ・なたね油 焼きふ・薄力粉・無塩バター グラニュー糖	パセリ・れんこん・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・トマト・えのきだけ わかめ・バレンシアオレンジ・りんご	離乳食
9	木	米飯 鶏の照り焼き 豆腐サラダ キャベツの味噌汁	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	鶏もも・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・低脂肪牛乳 スキムミルク	米・なたね油・砂糖・料理キッズ	しょうが・きゅうり・ほうれん草・にんじん キャベツ・たまねぎ・西洋かぼちゃ	幼児
10	金	米飯 鱈の竜田揚げ スナッパえんどうのおかか和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 コーンフレーク	まあじ・かつお節・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・低脂肪牛乳	米・かたくり粉・なたね油 コーンフレーク	しょうが・スナッパえんどう・にんじん・大根 ほしひじき・なめこ・たまねぎ・キャベツ	幼児
11	土	牛丼 かぼちゃの煮物 わかめと玉ねぎの味噌汁	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳・牛もも・油揚げ・甘みそ	米・砂糖・かたくり粉 お好み焼き	たまねぎ・にんじん・西洋かぼちゃ・わかめ えのきだけ	幼児
13	月	米飯 焼き鮭の煮付け ブロッコリーの胡麻和え きのこの味噌汁	牛乳 キャラットケーキ	まさば・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 鶏卵・スキムミルク	米・砂糖・こま・料理キッズ マーガリン	たまねぎ・しょうが・ブロッコリー・なめこ えのきだけ・ぶなしめじ・乾しいたけ にんじん・キャベツ	幼児
14	火	米飯 松風焼き ほうれん草と人参のしらす和え 大根の味噌汁 オレンジ	牛乳 グリーンホットケーキ	鶏ひき肉・まみそ・鶏卵・しらす干し 油揚げ・甘みそ・普通牛乳	米・砂糖・パン粉・砂糖 料理キッズ・有塩バター	たまねぎ・葉ねぎ・あおのり・にんじん ほうれん草・キャベツ・大根・わかめ	幼児
15	水	米飯 鶏肉とじゃが芋の旨煮 小松菜と焼き海苔のサラダ 豆乳みそ汁	牛乳 シリアルクッキー	鶏もも・生揚げ・淡色辛みそ・豆乳 普通牛乳・スキムミルク	米・じゃがいも・砂糖・かたくり粉 なたね油・こま油・こま・さつまいも 薄力粉・無塩バター・コーンフレーク	えのきだけ・バレンシアオレンジ グリーンピース・にんじん・こまつな りよくとうもろこし・焼きのり・大根・ごぼう たまねぎ・ぶなしめじ・ブルー	おひさま
16	木	米飯 肉じゃが もやしと胡麻和え 小松菜の味噌汁 パナナ	牛乳 ふのラスク	豚ロース・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 クリーム	米・じゃがいも・砂糖・なたね油・こま 焼きふ・有塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・りよくとうもろこし・きゅうり こまつな・バナナ	幼児
17	金	米飯 鱈のチーズパン粉焼き かぼちゃサラダ コンスープ	牛乳 チヂミ	さわら・パルメザンチーズ・ロースハム 低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳 鶏卵・しらす干し	米・パン粉・なたね油・マヨネーズ かたくり粉・薄力粉・こま油・こま 砂糖・上新粉	しょうが・西洋かぼちゃ・きゅうり・レタス トマト・塩昆布・たまねぎ にんじん・にら	幼児
18	土	ハヤシライス 豆腐サラダ わかめと玉ねぎの味噌汁	牛乳 ポップコーン	普通牛乳・牛もも・木綿豆腐・油揚げ 甘みそ	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 ポップコーン	たまねぎ・にんじん・きゅうり・ほうれん草 わかめ・えのきだけ	幼児
20	月	米飯 カレイの南蛮 れんこんサラダ かぼちゃの味噌汁 パナナ	牛乳 カルシウムヨーグルト	まがれい・まぐろ缶詰・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油・こま油 砂糖・マヨネーズ	葉ねぎ・れんこん・きゅうり・キャベツ にんじん・西洋かぼちゃ・たまねぎ・バナナ	幼児
21	火	米飯 すき焼き チンゲンサイと油揚げの胡麻和え 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 誕生日ケーキ	牛かたロース・焼き豆腐・油揚げ 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 お好み焼き	米・砂糖・焼きふ・なたね油・こま 料理キッズ・マーガリン	はくさい・しゅんぎく・生しいたけ・根菜ねぎ えのきだけ・チンゲンサイ・にんじん たまねぎ・わかめ・いちご	幼児
22	水	米飯 カルシウムふりかけ 赤魚の西京焼き 春雨の酢の物 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 お好み焼き	煮干し・かつお節・あごだし 木綿豆腐・普通牛乳・豚かたロース 鶏卵・かつお節	米・砂糖・こま・普通はるさめ・薄力粉 ながいも	あおのり・塩昆布・しょうが・きゅうり・わかめ にんじん・ほうれん草・たまねぎ えのきだけ・キャベツ	なぎさ
23	木	カレーライス チーズサラダ ゆで卵 オレンジ	牛乳 きな粉クッキー	豚ロース・プロセスチーズ・普通牛乳 きな粉・鶏卵	米・じゃがいも・なたね油・かたくり粉 砂糖・薄力粉・無塩バター マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・きゅうり・トマト ブロッコリー・レタス・バレンシアオレンジ	幼児
24	金	米飯 鱈の照り焼き 小松菜の梅じゃこ和え 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	まさば・しらす干し・生揚げ・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・ヨーグルト	米・砂糖	こまつな・梅干し・大根・にんじん・ごぼう たまねぎ・れんこん・ぶなしめじ・日本なし バナナ・みかん缶詰・パイナップル缶詰 ネクタリン	幼児
25	土	牛肉の混ぜご飯 ほうれん草のこまあえ ふとわかめの味噌汁	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳・牛ひき肉・甘みそ	米・砂糖・なたね油・こま・焼きふ ビスケット	グリーンピース・にんじん・ほうれん草 たまねぎ・わかめ	幼児
27	月	米飯 鮭の塩焼き 春雨サラダ じゃがいもの味噌汁 オレンジ	牛乳 フレンチトースト	ハにさげ・ロースハム・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・低脂肪牛乳	米・塩麹・普通はるさめ・マヨネーズ じゃがいも・食パン・砂糖 有塩バター	きゅうり・にんじん・たまねぎ・えのきだけ わかめ・バレンシアオレンジ	幼児
28	火	赤飯 豆腐ハンバーグ 彩りサラダ じゃがいものポタージュ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛ひき肉・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・プロセスチーズ ロースハム・低脂肪牛乳・スキムミルク 普通牛乳・ホイップクリーム	米・パン粉・なたね油・砂糖 じゃがいも・料理キッズ・マーガリン	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん・きゅうり パセリ・いちご	幼児
29	水	肉うどん ちくわの酢の物 鶏レバーの生姜煮 パナナ	お茶 ゆかりおにぎり	牛もも・焼き竹輪・鶏肝臓・しらす干し	うどん・砂糖・なたね油・米・こま	ほうれん草・にんじん・たまねぎ・きゅうり わかめ・しょうが・バナナ・しそ	離乳食
31	金	米飯 鱈の青のり焼き 小松菜の白和え 卵とかんぴょうの味噌汁	牛乳 かぼちゃのチーズケーキ	さわら・木綿豆腐・油揚げ・鶏卵 甘みそ・普通牛乳・クリームチーズ お好み焼き	米・こま・砂糖・薄力粉	あおのり・こまつな・にんじん・かんぴょう えのきだけ・西洋かぼちゃ	幼児
1	土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 小松菜の胡麻和え わかめと玉ねぎの味噌汁	牛乳 カリボテ	豚かたロース・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・砂糖・こま・せんべい 普通牛乳	にんじん・こまつな・わかめ・たまねぎ えのきだけ	幼児
3	月	米飯 鱈のフライ 切り干し大根と昆布の煮物 かきたま汁 パナナ	牛乳 小倉入り蒸しパン	まあじ・鶏卵・豚かたロース 普通牛乳・あずき・スキムミルク	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・こま油・砂糖・焼きふ ホットケーキミックス	刻み昆布・切干しいたけ・にんじん たまねぎ・生しいたけ・ほうれん草 バナナ	幼児
4	火	米飯 鶏肉と大根の照り煮 キャベツとコーンのサラダ えのきとわかめの味噌汁	牛乳 レモンケーキ	鶏もも・甘みそ・普通牛乳 スキムミルク・鶏卵・クリーム	米・薄力粉・なたね油・砂糖 マヨネーズ・焼きふ・無塩バター 粉糖	大根・にんじん・グリーンピース・キャベツ トマト・えのきだけ・わかめ・たまねぎ レモン	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下さい。
 ※おひさま組は食べやすさによって食材を変更する場合があります。
 ※おひさま組はお弁当にりんごを入れる場合は、給食と同様に加熱して、
 喉に詰まりにくい柔らかさにしてください。