

5月給食予定献立表

アレルギー表示

■小麦 ●卵 ▲牛乳

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ 0,1才のみ		PMおやつ ★は手作りおやつ		
			主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料	
1	水	ごはん 照り焼きチキン ゆめビーフン 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	鶏肉 豚肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ 玉ねぎ・ほうれん草 オレンジ	米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・でん粉 ■ビーフン・油	■醤油・本みりん・料理酒 鶏がらスープ・塩・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	抹茶あずき蒸しパン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・抹茶 砂糖・粒あん ▲牛乳	
2	木	ごはん ミートローフ マカロニサラダ スープ フルーツ（パイナップル）	豚ひき肉・豆腐・豆乳	玉ねぎ ブロッコリー・人参・コーン 大根・玉ねぎ・人参 パイナップル(缶詰)	米(国産) ■パン粉・油 ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・トマトケチャップ コンソメ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲ヨーグルト ジャム添え★ お茶	▲ヨーグルト・砂糖 ブルーベリージャム 麦茶	
7	火	ポークハヤシライス ブロッコリーのサラダ フライドポテト	豚肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参・コーン	米(国産)・油 油・砂糖 ポテトフライ・油	■ハヤシルフ ■醤油・■酢 塩	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	ソフトせんべい ▲牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳	
8	水	麦入りごはん 赤魚のタルタル風焼 キャベツの和え物 ●高野豆腐の卵とし すまし汁	赤魚 凍り豆腐・●卵	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・きゅうり・人参 干しいたけ・グリーンピース ほうれん草・人参	米(国産)・押麦 ■小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 ■おつゆ粒	塩 だし・■醤油 だし・■醤油 だし・■醤油・塩	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	小松菜マフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 ▲牛乳	
9	木	ごはん 豚肉の生姜炒め 大根と胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	豚肉・■鶏レバー煮込み 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・しめじ・しょうが 大根・きゅうり・人参・■塩昆布 小松菜・白菜	米(国産) 油・砂糖	鶏がらスープ・■醤油・本みりん だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲じゃこトースト（ねぎ）★ ▲牛乳	■▲食パン・青ねぎ しらす・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳	
10	金	麦入りごはん 白身魚の磯辺揚げ 筑前煮 味噌汁	ホキ 鶏肉 豆腐・赤みそ	あおさのり ごぼう・れんこん・人参・干しいたけ・グリーンピース チンゲン菜・えのきだけ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・油 黒ごんにゃく・油・砂糖	塩 だし・■醤油・料理酒・本みりん だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	お好み焼き★ ▲牛乳	■お好み焼き粉・豚肉・キャベツ・人参 油・■とんかつソース・かつお節 ▲牛乳	
11	土	五目うどん キャベツとコーンと和え物 フルーツ（オレンジ）	鶏肉	白菜・人参・ごぼう・小松菜 キャベツ・コーン・人参 オレンジ	■うどん 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳	
13	月	麦入りごはん 鶏肉のおかか焼 ●中華春雨サラダ 味噌汁	鶏肉・かつお節 ●卵 赤みそ	人参・きゅうり 玉ねぎ・人参・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・■小麦粉・油 緑豆春雨・ごま油・油・砂糖・白ごま さつま芋	■醤油・本みりん ■酢・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲フルーチェ（もも）★ お茶	フルーチェ(もも) ▲牛乳 麦茶	
14	火	ごはん アツの塩こうじ焼 チンゲン菜の和え物 じゃが芋と厚揚げの煮物 味噌汁	あじ 生揚げ 赤みそ	チンゲン菜・白菜・コーン 人参 玉ねぎ・人参	米(国産) 油 砂糖 じゃが芋・砂糖 ■おつゆ粒	塩こうじ だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒・本みりん だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	豆腐蒸しパン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆腐 ▲牛乳	
15	水	麦入りごはん 豚肉のケチャップ炒め ▲ヨーグルトサラダ スープ	豚肉・■鶏レバー煮込み ▲ヨーグルト	玉ねぎ・ピーマン・しめじ かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・レズン 大根・小松菜・人参	米(国産)・押麦 油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖	鶏がらスープ・トマトケチャップ 塩 コンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲ビスケット（シガーフライ） ▲牛乳	■▲シガーフライ ▲牛乳	
16	木	ごはん サバの煮付 小松菜とささみの和え物 ひじき豆 味噌汁	さば 鶏ささみ 大豆 赤みそ	しょうが 小松菜・白菜・人参 ひじき・人参 大根・玉ねぎ・青ねぎ	米(国産) 砂糖 砂糖 つきごんにゃく・砂糖	だし・本みりん・■醤油 だし・■醤油 だし・■醤油・本みりん だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲黒糖お麩ラスク★ ▲牛乳	■おつゆ粒・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳	
17	金	ごはん 鶏肉の天ぷら ほうれん草の納豆和え 味噌汁	鶏肉 納豆 赤みそ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・人参	米(国産) ■小麦粉・油 さつま芋	料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	たべるいりこ★ 0,1さいはせんべいのみ せんべい（量たべよ） ▲牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■皇型せんべい ▲牛乳	
18	土	スタミナ丼 小松菜のおかか和え 味噌汁	豚肉 かつお節 生揚げ・赤みそ	玉ねぎ・ピーマン 小松菜・太もやし・人参 大根・人参	油・米(国産) 砂糖	■鶏肉のたれ だし・■醤油 だし			クラッカー（ルヴァン） ▲牛乳	■クラッカー ▲牛乳	
20	月	▲キーマカレー キャベツのサラダ フルーツ（オレンジ）	鶏ひき肉・■鶏レバー煮込み・大豆たんぱく	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・人参 オレンジ	じゃが芋・油・米(国産) マヨネーズタイプ(卵不使用)	■▲カレールウ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	2色ゼリー★ ▲牛乳	糖天・りんごジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳	
21	火	麦入りごはん 白身魚の味噌焼 ●小松菜の彩和え 切干大根の煮物 すまし汁	ホキ・赤みそ ●卵 油揚げ	小松菜・白菜・人参 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・油 油・砂糖 油・砂糖 ■おつゆ粒	本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	レーズン入りふんわりクッキー★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・レーズン ▲牛乳	
22	水	コーンピラフ チキンカツ ほうれん草のごま和え 味噌汁 デザート（ぶどうゼリー）	鶏肉 油揚げ・赤みそ	コーン・ドライパセリ ほうれん草・太もやし・人参 キャベツ・人参	米(国産) ■小麦粉・■パン粉・油 白ごま・砂糖	塩 だし・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	お誕生会ケーキ（ココア）★ ▲牛乳	■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳	
23	木	お弁当の日						野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲せんべい（雪の雫） ▲牛乳	■▲せんべい（雪の雫） ▲牛乳
24	金	●ロールパン ▲スパンニッシュオムレツ ゆめブロッコリー マカロニのケチャップソース スープ	●卵・▲牛乳・▲粉チーズ・■●●▲ハム	玉ねぎ ブロッコリー 玉ねぎ 白菜・小松菜・コーン	■▲ロールパン じゃが芋・油 ■マカロニ・油	コンソメ 塩 コンソメ・トマトケチャップ コンソメ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	五平餅★ お茶	米(国産)・赤みそ・■醤油 砂糖・本みりん 麦茶	
25	土	チャンボンうどん ブロッコリーのごま和え シューマイ	鶏肉・■ちくわ ■しゅうまい	玉ねぎ・人参・太もやし・キャベツ・青ねぎ ブロッコリー・人参	■うどん・油 白ごま・砂糖	鶏がらスープ・だし・■醤油・本みりん・塩 ■醤油・だし			やわらかおかき ▲牛乳	やわらかおかき（のり塩味） ▲牛乳	
27	月	ごはん 麻婆豆腐 ひじき入りナムル はるさめスープ フルーツ（オレンジ）	豆腐・豚ひき肉・大豆たんぱく・赤みそ	にら・にんにく・しょうが ほうれん草・白菜・人参・ひじき グリーンアスパラガス・人参 オレンジ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 砂糖・ごま油 緑豆春雨	鶏がらスープ・■醤油 ■醤油・塩 鶏がらスープ	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	きなこちんすこう★ ▲牛乳	■小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 ▲牛乳	
28	火	麦入りごはん サバの照焼 小松菜のおかか和え 鶏肉と大根の煮物 味噌汁	さば かつお節 鶏肉 生揚げ・赤みそ	小松菜・キャベツ・人参 大根・人参・グリーンピース 玉ねぎ・人参	米(国産)・押麦 油・砂糖 砂糖 油・砂糖	■醤油・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	▲黒糖マフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖 油・▲牛乳 ▲牛乳	
29	水	麦入りごはん すき焼き風煮 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 フルーツ（パイナップル）	豚肉・焼豆腐 まぐろフレーク 赤みそ	白菜・玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参 えのきだけ・わかめ パイナップル(缶詰)	米(国産)・押麦 砂糖 砂糖 さつま芋	だし・本みりん・料理酒・■醤油 だし・■醤油 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	▲きなこ黒糖のスコーン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・きな粉・黒砂糖 砂糖・▲バター・▲牛乳 ▲牛乳	
30	木	ごはん ▲タンダーチキン ポテトサラダ さつま揚げと野菜のソテー スープ	鶏肉・▲ヨーグルト 平天	にんにく・しょうが きゅうり・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・人参 大根・しめじ・ドライパセリ	米(国産) 油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ 塩 コンソメ コンソメ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	水ようかん★ ▲牛乳	糖天・こしあん 塩 ▲牛乳	
31	金	ごはん 白身魚の焼南蛮 レンコンきんぴら 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	ホキ 赤みそ	玉ねぎ・ピーマン・人参 れんこん・人参 玉ねぎ・かぼちゃ オレンジ	米(国産) ■小麦粉・油・砂糖・ごま油 つきごんにゃく・油・砂糖 ■おつゆ粒	■酢・■醤油 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。