

2023年 5月 献立表

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
1 (月)	ご飯	カレー豆腐 小松菜のごま炒め 果物 ☆牛乳・うどんかりんとう	油、片栗粉 油、いりごま ゆでうどん、揚げ油	木綿豆腐、豚肉 ちりめん 牛乳	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、干しいたけ こまつな、キャベツ、にんじん 果物
2 (火)	パン	こいのぼりハンバーグ ブロッコリー 野菜スープ ☆柏餅	パン粉 白玉粉、上新粉、砂糖	合いびき肉、卵、木綿豆腐、スキムミルク ベーコン こしあん	たまねぎ、グリーンピース ブロッコリー たまねぎ、しめじ、もやし、にんじん、葉ねぎ
6 (土)		 ☆牛乳・お菓子	お弁当の日		
8 (月)	ご飯	ポークチャップ 切干大根のごまネーズ 果物 ☆牛乳・オレンジゼリー・昆布	油、砂糖 マヨネーズ、すりごま、砂糖 オレンジゼリーの素	豚肉 ロースハム 牛乳・昆布	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン こまつな、切り干しだいこん 果物
9 (火)	ご飯	鶏肉の照り焼き いんげんのおかか和え けんちん汁 ☆牛乳・フルーツポンチ	砂糖 砂糖	鶏もも肉 かつお節 木綿豆腐、豚肉、油揚げ	いんげん、にんじん だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ
10 (水)	ご飯	生揚げのそぼろ煮 春雨の酢の物 果物 ☆牛乳・お好み焼き	じゃがいも、砂糖 春雨 お好み焼き粉	厚揚げ、牛ひき肉 ちりめん 卵、ロースハム	たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうが きゅうり、にんじん、コーン 果物
11 (木)	ご飯	ししゃもの天ぷら キャベツときゅうりの梅和え ふのすまし汁 ☆牛乳・メロンパントースト	小麦粉、揚げ油、いりごま おつゆふ 食パン、マーガリン、砂糖、小麦粉	ししゃも こんぶ 牛乳	あおのり キャベツ、きゅうり、梅干し えのきたけ、にんじん、みつば
12 (金)	ご飯	肉じゃが ひじきの炒め煮 果物 ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	じゃがいも、糸蒟蒻、砂糖、油 砂糖、油 コーンフレーク	牛肉、牛肉 ひじき、木綿豆腐、かまぼこ、油揚げ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース にんじん、ピーマン 果物
13 (土)	パスタ	スパゲッティイタリアン コンソメスープ ☆牛乳・お菓子・果物	スパゲティ、油 じゃがいも お菓子	卵、ウインナー、ベーコン、粉チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、ピーマン、しめじ たまねぎ、にんじん 果物
15 (月)	ご飯	凍り豆腐の卵とじ 和風サラダ 果物 ☆牛乳・プリン・いりこ	砂糖、油 春雨、油 プリン	卵、凍り豆腐 かまぼこ、わかめ 牛乳・いりこ	にんじん、たまねぎ、にら きゅうり 果物
16 (火)	ご飯	筑前煮 青梗菜のおひたし 果物 ☆牛乳・ジャムスーコーン	じゃがいも、板こんにやく、油、砂糖 小麦粉、油、砂糖	うずら卵、鶏もも肉、刻み昆布 ちりめん、かつお節 牛乳	にんじん、たけのこ、ごぼう、いんげん、干しいたけ チンゲンサイ、にんじん、キャベツ 果物
17 (水)	パン	チリコンカン 小松菜のチーズ和え 果物 ☆たけのこおむすび	砂糖 すりごま、ごま油 米	合いびき肉、水煮大豆 チーズ、ちりめん 油揚げ	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、グリーンピース こまつな、キャベツ、にんじん 果物

※ 17日・・・たけのこおむすび作り(幼児組)

19日・・・クラッカーサンド作り(幼児組)