

5月給食献立表



今月のめあて

満3
年中

安心した気持ちで食べる。**年少** スプーンやフォークを使って、自分で食べてみようとする。

器をもって、スプーンや箸を使い分けながら食べる。**年長** 食事のマナーに意識を向けて、食べようとする。

	献立名	主な材料()はアレルギー28品目表示	なかよしおやつ
1 (金)	玄米わかめご飯 ぶりき ゃべつカツ 切干大根サ ラダ すまし汁	【玄米わかめご飯】玄米 精白米 炊き込みわかめ【ぶりきゃべつカツ】ぶりきゃべつカツ 中濃ソース(小麦、大豆)【切干大根サラダ】切干大根 こまつな きゃべつ にんじん コーン 卵不使用マヨネーズ かつおのみじん粉 すりごま(小麦、大豆、ごま)【すまし汁】豆腐 なめこ たまねぎ(大豆、さば、小麦)	こいボーロ(卵)
7 (木)	きのこあんかけうどん 焼きししゃも ぶどうゼ リー	【きのこあんかけうどん】うどん にんじん 刻み揚げ きのこミックス ちんげんさい(小麦、さば、大豆)【焼きししゃも】子持ちししゃも(魚卵)【ゼリー】ぶどうゼリー	シガーフライ(小麦)
8 (金)	さつまいもご飯 あじの しょうが焼き 野菜のお かか和え 味噌汁	【さつまいもご飯】玄米 精白米 いりご粉末 さつまいも いりごま(小麦、大豆、ごま)【あじの生姜焼き】骨なしあじ しょうが(小麦、大豆)【野菜のおかか和え】にんじん こまつな もやし コーン かつおのみじん粉 かつお節(小麦、大豆)【味噌汁】たまねぎ にんじん きゃべつ(さば、大豆)	動物ヨーチ(乳、小麦)
11 (月)	玄米ご飯 厚揚げ入りホ イコーロ マカロニ和風 サラダ もずくスープ	【玄米ご飯】玄米 精白米【厚揚げ入りホイコーロ】豚バラ肉 厚揚げ きゃべつ にんじん ピーマン しょうが にんにく ごま油(豚肉、大豆、小麦、ごま)【マカロニ和風サラダ】マカロニ きゅうり にんじん コーン(小麦、大豆)【もずくスープ】もずく ちくわ たまねぎ ねぎ(小麦、大豆、さば)	花せんべい(小麦、大豆)
	☆お茶のおけいこ(年中)	※	
12 (火)	押し麦ご飯 豚肉と野菜 の梅照り炒め 野菜たく あん納豆 味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【豚肉と野菜の梅照り炒め】豚もも肉 たまねぎ ピーマン ぶなしめじ 梅肉(豚肉、小麦、大豆)【野菜たくあん納豆】納豆 こまつな にんじん たくあん かつおのみじん粉(大豆、さば、小麦)【味噌汁】たまねぎ にんじん じゃがいも ねぎ(さば、大豆)	焼きドーナツ豆乳(小麦、卵、乳、大豆)
	☆お茶のおけいこ(うみ)	※	
13 (水)	八宝菜丼 野菜シューマ イ りんご	【八宝菜丼】玄米 精白米 大豆ミンチ にんじん たまねぎ はくさい しいたけ ちんげんさい コーン ガラスープ ごま油(大豆、鶏肉、小麦、大豆、ごま)【野菜シューマイ】自然派オリジナル野菜焼売(小麦、豚肉、大豆)【果物】りんご(りんご)	アスパラガスビスケット(小麦、ごま)
14 (木)	玄米ご飯 さわらの蒲焼 き 寒天入り中華サラ ダ 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【さわらの蒲焼き】骨なしさわら いりごま(小麦、大豆、ごま)【寒天入り中華サラダ】寒天 きゃべつ にんじん もやし きゅうり ごま油 すりごま(ごま、小麦、大豆)【味噌汁】豆腐 玉ねぎ 刻み揚げ ねぎ(大豆、さば)	ミニたい焼き(小麦、大豆)
	☆お茶のおけいこ(そら)	※	
15 (金)	玄米ご飯 鶏のカレー麴 焼き 高野豆腐の含め煮 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【鶏のカレー麴焼き】鶏もも肉 自然派カレー麴 パセリ粉(鶏肉)【高野豆腐の含め煮】高野豆腐 だいこん にんじん いんげんまめ(大豆、小麦、さば)【味噌汁】はくさい ぶなしめじ ごぼう にんじん(さば、大豆)	うの花揚げ(小麦、大豆)
18 (月)	玄米ご飯 さけの和麴焼 き 甘辛大豆そぼろと野 菜の炒め物 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【さけの和麴焼き】自然派オリジナルますの和み麴漬(小麦、大豆、さけ)【甘辛大豆そぼろと野菜の炒め物】大豆ミンチ しょうが きゃべつ たまねぎ ピーマン にんじん(大豆、小麦)【味噌汁】だいこん なめこ わかめ ねぎ(さば、大豆)	かぼちゃのマフィン(大豆)
19 (火)	かやくうどん 青菜と切 干大根の胡麻和え オレ ンジ	【かやくうどん】うどん 鶏むね肉 たまねぎ にんじん わかめ しいたけ ねぎ(小麦、鶏肉、大豆、さば)【青菜と切干大根の胡麻和え】ほうれんそう 切干大根 にんじん いりごま すりごま(小麦、大豆、ごま)【果物】オレンジ(オレンジ)	つなっこせんべい(小麦)
	☆お茶のおけいこ(年中)	※	
20 (水)	押し麦ご飯 厚揚げチャ ンプル 野菜の塩昆布納 豆和え 味噌汁 【全園児給食日】	【押し麦ご飯】押麦 精白米【厚揚げチャンプル】豚もも肉 厚揚げ たまねぎ にんじん いら しいたけ かつおがし ごま油(豚肉、大豆、ごま、小麦)【野菜の塩昆布納豆和え】ブロッコリー にんじん コーン 塩昆布 納豆 ごま油(小麦、大豆、ゼラチン、ごま)【味噌汁】さつまいも たまねぎ こまつな(さば、大豆)	バナナのスティックケーキ(大豆、バナナ)

	献立名	主な材料()はアレルギー28品目表示	なかよしおやつ
21 (木)	玄米ご飯 さわらの 甘辛煮 パリパリサ ラダ 味噌汁 【午前保育】	【玄米ご飯】玄米 精白米【さわらの甘辛煮】骨なしさわら しょうが(小麦、大豆)【パリパリサラダ】皿うどん きゃべつ にんじん きゅうり(小麦、大豆)【味噌汁】はくさい 刻み揚げ ごぼう ねぎ(大豆、さば)	牛乳かりんとう(乳、小麦)
22 (金)	ミートスパゲッティ ブロッコリー豆サ ラダ ももゼリー	【ミートスパゲッティ】スパゲッティ 豚ひき肉 大豆ミンチ たまねぎ にんじん しょうが 無添加ブイヨン トマト(小麦、豚肉、大豆)【ブロッコリー豆サラダ】きゃべつ にんじん コーン ビーンズミックス ブロッコリー 卵不使用マヨネーズ(小麦、大豆)【ももゼリー】ももゼリー(もも)	ミレービスケットノンフライ(小麦)
25 (月)	玄米ご飯 白身魚の 黒糖醤油焼き 野菜 の納豆和え 味噌汁	【玄米ご飯】玄米 精白米【白身魚の黒糖醤油焼き】メルルーサ黒糖醤油漬(小麦、大豆)【野菜の納豆和え】ブロッコリー にんじん かぼちゃ 納豆 かつおのみじん粉(小麦、大豆)【味噌汁】豆腐 たまねぎ にんじん わかめ(大豆、さば)	三色かりんとう(小麦、乳、ごま)
26 (火)	ひじき枝豆ご飯 し しゃも南蛮漬 具 だくさんきんぴら 煮干し粉入り味噌汁	【ひじき枝豆ご飯】玄米 精白米 芽ひじき えだまめ かつおのみじん粉 いりご粉末(小麦、大豆)【ししゃも南蛮漬】子持ちししゃも たまねぎ にんじん ピーマン(魚卵、小麦、大豆)【具だくさんきんぴら】豚ばら肉 ごぼう にんじん こんにゃく れんこん いんげんまめ ごま油 いりごま(豚肉、ごま、小麦、大豆)【煮干し粉入り味噌汁】こまつな かぼちゃ 切干大根 白玉麴 いりご粉末(小麦、さば、大豆)	つなっこせんべい(小麦)
27 (水)	押し麦ご飯 じゃが いも野菜のトマト煮 マカロニ和風サラ ダ 重ね煮味噌汁	【押し麦ご飯】押麦 精白米【じゃがいも野菜のトマト煮】じゃがいも 豚もも肉 たまねぎ ズッキーニ ピーマン なす にんにく トマトケチャップ 無添加ブイヨン(大豆、豚肉)【マカロニ和風サラダ】マカロニ きゅうり にんじん コーン 塩昆布 卵不使用マヨネーズ(小麦、大豆、ゼラチン)【重ね煮味噌汁】たまねぎ にんじん しいたけ(大豆)	みかん缶
28 (木)	赤米入りご飯 さば の胡麻みりん焼 き 栄養いっぱい煮 物 味噌汁	【赤米入りご飯】赤米 精白米【さばの胡麻みりん焼き】骨なしさば しょうが いりごま(さば、小麦、大豆、ごま)【栄養いっぱい煮物】芽ひじき 高野豆腐 にんじん 切干大根 いんげんまめ いりご粉末(大豆、小麦)【味噌汁】じゃがいも えのきたけ にんじん わかめ(さば、大豆)	スイートポテト(大豆)
29 (金)	お豆さんカレー パ リパリサラダ カラ フルマスカットゼ リー ☆誕生会	【お豆さんカレー】玄米 精白米 大豆ミンチ ビーンズミックス ぶなしめじ たまねぎ にんじん じゃがいも 28品目不使用カレーフレーク・カレールー(大豆)【パリパリサラダ】皿うどん きゃべつ にんじん きゅうり(小麦、大豆)【ゼリー】カラフルマスカットゼリー	★選べるおやつの日
	☆誕生会	内山下せんべい(小麦、卵)	

★選べるおやつの日 今月に出たおやつからいくつかを提供して、選んで食べます。

※お茶のおけいこのお菓子は、後日アプリでお知らせします。

5月から、お茶のおけいこ(年中・年長対象)があります。おけいこの際、いろいろな和菓子をいただきながら作法を教わります。季節ごとにいろいろなお菓子を準備します。おけいこのある日には、お菓子についてもお子さまと話題にしてみてください。