

5月 献立表

月	火	水	木	金	土
2日 こどもの日	3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日	6日	7日
おこわ ベーコン・人参・筍・生姜・しょうゆ・みりん 酒・ごま油・塩・もち米 鶏肉の竜田焼き 鶏肉・塩麴・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉 コロコロサラダ じゃがいも・人参・アスパラ・コーン ケチャップ・マヨネーズ・しょうゆ 清汁 大根・水菜・あおさ・しょうゆ・塩 こいのぼりクッキー 牛乳 小麦粉・豆乳・油・三温糖・塩・ココア				豚肉のねぎ塩炒め 豚肉・玉ねぎ・パプリカ・ねぎ・しょうゆ・みりん・ 塩麴・油 さつまいもの甘辛焼き さつまいも・しょうゆ・三温糖・油 ゆかり和え キャベツ・えのき・人参・ゆかり粉・しょうゆ みそ汁 れんこん・スナッブえんどう・しろ菜・みそ 菜飯おにぎり りんご 牛乳 小松菜・ちりめんじゃこ・塩・しょうゆ・ごま油	甘辛炒め丼 豚肉・玉ねぎ・白菜・人参・もやし・しょうゆ みりん・酒・ごま油・片栗粉 清汁 鮭・しめじ・しょうゆ・塩 おにぎり りんご わかめ
9日	10日	11日	12日 たひようお弁当日	13日	14日
鮭のまぜごはん 生鮭・塩麴・絹さや・しょうゆ 鶏肉の西京焼き 鶏もも肉・白みそ・塩麴・みりん・酒・しょうゆ 切干大根のサラダ 切干大根・小松菜・人参・金時豆・ごま・ねりご ま・しょうゆ・三温糖 清汁 玉ねぎ・レタス・みつ葉・しょうゆ・塩 黒糖蒸しパン 牛乳 小麦粉・米粉・BP・豆乳・黒砂糖	豚肉の韓国風煮 豚肉・玉ねぎ・もやし・ニラ・生姜・酒・三温糖・ しょうゆ・ごま油 長芋の塩麴焼き 長芋・塩麴 かつお和え スナッブえんどう・白菜・水菜・パプリカ・かつお しょうゆ みそ汁 テンゲン菜・人参・豆腐・みそ	かじきまぐろの甘酢あん かじきまぐろ・塩麴・玉ねぎ・三温糖・酢・しょう ゆ・片栗粉・ケチャップ おから煮 おから・しろ菜・人参・昆布・三温糖・しょうゆ コールスローサラダ キャベツ・ブロッコリー・コーン・マヨネーズ・酢・塩 スープ さつまいも・えのき・ほうれん草・しょうゆ・塩・コ ンソメ 豆乳くずもち オレンジ 牛乳 片栗粉・三温糖・豆乳・きなこ	鶏肉のマーメレード焼き 鶏もも肉・マーメレード・しょうゆ・塩麴 ごぼうのバルサミコ炒め ごぼう・玉ねぎ・ピーマン・バルサミコ酢・みりん・ 三温糖・しょうゆ・油 洋風和え レタス・かぶ・エリンギ・人参・オリーブ油・しょう ゆ みそ汁 じゃがいも・小松菜・ねぎ・みそ	厚揚げマーボー 厚揚げ・豚ミンチ・玉ねぎ・三度豆・生姜・みそ・ しょうゆ・三温糖・片栗粉・油 炒め煮 つきこんにゃく・れんこん・人参・昆布・三温糖 しょうゆ・油 酢の物 テンゲン菜・もやし・人参・すし酢・酢・しょうゆ 清汁 大根・水菜・とろろ昆布・しょうゆ・塩 さつまいもクッキー 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・油・さつまいも・牛乳	和風スパゲティ 豚肉・玉ねぎ・人参・小松菜・スパゲティ・みり ん・しょうゆ・塩・油 清汁 キャベツ・豆腐・しょうゆ・塩 おにぎり りんご ゆかり粉
16日	17日	18日	19日	20日	21日
洋風混ぜご飯 玉ねぎ・ねぎ・ベーコン・みりん・しょうゆ・油 白身魚の生姜あんかけ 白身魚・塩麴・片栗粉・みりん・しょうゆ・生姜・ 塩・絹さや のりマヨサラダ 小松菜・もやし・人参・れんこん・焼きのり・マヨ ね・しょうゆ 清汁 白菜・しめじ・しょうゆ・塩 オレンジマフィン 牛乳 ホットケーキmix・ヨーグルト・マーメレード・牛乳	鶏肉のカレー焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん・カレー粉・小麦粉・油 じゃがいもの甘辛炒め じゃがいも・パプリカ・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖・ 油 納豆和え ひきわり納豆・ほうれん草・テンゲン菜・白ねぎ しょうゆ・かつお スープ 春雨・人参・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ みそパン 牛乳 食パン・三温糖・みりん・みそ・白みそ・ごま	ポークチャップ 豚肉・玉ねぎ・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・油 ひすい煮 うすいえんどう豆・三温糖・しょうゆ・塩・片栗粉 和風和え しろ菜・ごぼう・えのき・コーン・三温糖・しょうゆ みそ汁 さつまいも・キャベツ・わかめ・みそ きなこスコーン オレンジ 牛乳 小麦粉・BP・黒砂糖・油・牛乳・きなこ	さばの味噌焼き さば・生姜・赤みそ・みそ・しょうゆ・三温糖・みり ん・酒 高野豆腐煮 高野豆腐・三度豆・人参・三温糖・しょうゆ さつまいもサラダ さつまいも・アスパラ・人参・玉ねぎ・塩・三温糖・ しょうゆ・油 清汁 鮭・かぶ・小松菜・しょうゆ・塩 そぼろおにぎり りんご 牛乳 豚ミンチ・酒・三温糖・しょうゆ	チキン南蛮 鶏もも肉・玉ねぎ・パセリ・塩麴・酒・みりん・ しょうゆ・塩・片栗粉・マヨネ れんこん炒め れんこん・もやし・ピーマン・ごま・三温糖・みり ん・しょうゆ・油 ボン酢和え キャベツ・長芋・人参・かぼす果汁・すし酢・しょ うゆ みそ汁 なめこ・レタス・かいわれ大根・みそ いもち 牛乳 じゃがいも・片栗粉・三温糖・しょうゆ	肉うどん 乾麺・豚肉・白ねぎ・人参・テンゲン菜・塩麴・ しょうゆ・三温糖・みりん・塩 ゆかり和え ブロッコリー・大根・玉ねぎ・ゆかり粉・しょうゆ おにぎり りんご かつお・しょうゆ
23日	24日	25日 かぜお弁当日	26日 たひようお弁当日	27日 お誕生会	28日
わかめごはん わかめ・大葉・ごま・しょうゆ 鶏肉の甘辛焼き 鶏もも肉・しょうゆ・三温糖・片栗粉 ツナ和え キャベツ・ツナ・玉ねぎ・パプリカ・コーン・オリ ーブ油・しょうゆ・三温糖 清汁 さつまいも・エリンギ・しょうゆ・塩 もちりチーズパン 牛乳 ホットケーキmix・白玉粉・豆乳・チーズ	あじのパン粉焼き あじ・パン粉・マヨネーズ・油・しょうゆ・パセリ ひじき煮 ひじき・人参・昆布・三度豆・三温糖・しょうゆ・油 春雨の酢の物 レタス・人参・春雨・テンゲン菜・酢・すし酢 しょうゆ みそ汁 ほうれん草・大根・豆腐・みそ みたらしパン 牛乳 食パン・しょうゆ・三温糖・片栗粉・水	すきやき風煮 豚肉・玉ねぎ・白ねぎ・糸こんにゃく・酒 みりん・三温糖・しょうゆ 焼きじゃが じゃがいも・塩麴・油 しらす和え 白菜・水菜・もやし・人参・ちりめんじゃこ・しょう ゆ スープ 油揚げ・れんこん・ブロッコリー・しょうゆ・塩・コ ンソメ かるかん オレンジ 牛乳 長いも・上新粉・BP・三温糖・水	白身魚のムニエル 白身魚・塩麴・油・小麦粉 五目豆 水煮大豆・ごぼう・人参・エリンギ・昆布・しょう ゆ・三温糖 ナムル 小松菜・大根・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油・ 塩 みそ汁 キャベツ・もずく・ねぎ・みそ おにぎり りんご 牛乳 梅肉・塩	サラダずし アスパラ・人参・コーン・ちりめんじゃこ・すし酢・ 酢・塩麴 手羽元の磯辺和え 鶏手羽元・酒・みりん・しょうゆ・青のり ポテトサラダ じゃがいも・ほうれん草・人参・マヨネーズ・塩 野菜スープ 豚肉・レタス・玉ねぎ・もやし・しょうゆ・塩・コンソ メ レモンケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・レモン・ヨーグルト・牛乳	中華丼 豚肉・玉ねぎ・白菜・しめじ・人参・白ねぎ しょうゆ・三温糖・片栗粉・ごま油 清汁 かぶ・油揚げ・みつ葉・しょうゆ・塩 おにぎり りんご わかめ
30日	31日 そらお弁当日				
香りごはん しめじ・生姜・昆布・人参・しょうゆ・みりん・酒 鶏肉のさっぱり焼き 鶏肉・しょうゆ・みりん・かぼす果汁・油 アスパラと人参の白和え アスパラ・小松菜・人参・豆腐・しょうゆ・ごま・三 温糖・みそ 清汁 しろ菜・玉ねぎ・しょうゆ・塩 プアマンケーキ 牛乳 小麦粉・BP・ココア・三温糖・油・水・塩	鮭のごま焼き 生鮭・ごま・酒・みりん・しょうゆ ケチャップ炒め れんこん・玉ねぎ・かぶ・ピーマン・ケチャップ 三温糖・しょうゆ・油 なめたけ和え 白菜・ほうれん草・えのき・人参・みりん・ しょうゆ みそ汁 じゃがいも・もやし・水菜・みそ ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム				

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳