



5月給食献立表



※表に記載している は午前中飲むものです。

※ は手作りおやつです。

日	曜日	乳	献立	食品材料名
1	木		さかなのピカタ	ホキ・小麦粉・卵
			ナムル	もやし・ひじき・人参・小松菜・ごま
			のっぺじり	人参・大根・ごぼう・里芋・こんにゃく・豆腐・片栗粉
			くだもの	バナナ
2	金		アメリカンドッグ	ウィンナー・ホットケーキミックス・卵・牛乳
			こいのぼりサンド	食パン・イチゴジャム・きゅうり・ツナ・マヨネーズ
			ミートボール	合挽肉・豆腐・玉ねぎ・人参・パン粉・片栗粉
			コンソメスープ	ブロッコリー・人参
3	土		くだもの	オレンジ
			ラスク	食パンの耳
4	日		憲法記念日	
5	月		みどりの日	
6	火		こどもの日	
7	水		ぶたにくのやさしいため	豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・キャベツ
8	木		きりほしだいこんに	切干大根・竹輪・人参・いんげん・筍・乾椎茸・糸こんにゃく
			のりのつくだに	のりの佃煮
9	金		くだもの	バナナ
			ヨーグルト	スキムミルク
10	土		ナポリタン	ベーコン・人参・玉ねぎ・ピーマン・マッシュルーム缶・スパゲティ種・トマトピューレ
			コンソメスープ	チンゲン菜・えのき・わかめ
11	日		振替休日	
12	月		ちくせんに	鶏むね肉・竹輪・厚揚げ・人参・大根・ごぼう・筍・蓮根・いんげん・乾椎茸・こんにゃく
			こふきいものツナあえ	新じゃが・ツナ
13	火		くだもの	バナナ
			ポークビーンズ	豚肉・ベーコン・大豆・人参・玉ねぎ・じゃが芋・マッシュルーム・カットトマト缶・トマトピューレ
14	水		こまつなのあえもの	小松菜・人参・しめじ
			くだもの	オレンジ
15	木		さかなのなんぼんづけ	ホキ・人参・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・片栗粉
			キャベツとツナのごまマヨ	キャベツ・ツナ・人参・コーン・ごま・マヨネーズ
			みそじる	玉ねぎ・わかめ・味噌
			くだもの	バナナ
16	金		いちごジャムヨーグルト	スキムミルク・いちごジャム
			マーボーなす	豚挽肉・人参・玉ねぎ・生姜・乾椎茸・茄子・筍・片栗粉
17	土		ほうれんそうのおひだし	ほうれん草・人参・竹輪・もやし・花かつお
			くだもの	バナナ
18	日		チーズケーキ	クリームチーズ・生クリーム・小麦粉・卵・バター・レモン汁
			ぶたにくのしょうが焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜
19	月		ハムコーンサラダ	ハム・人参・きゅうり・キャベツ・コーン・マヨネーズ
			すましじる	豆腐・わかめ
20	火		くだもの	バナナ
			きつねうどん	うどん・油揚げ・鶏むね肉・玉葱
21	水		こうやどうふのくまき	豚ハラ肉・高野豆腐・片栗粉
			ちんげんさいのごまあえ	チンゲン菜・人参・しめじ・ごま
22	木		かきたまじる	卵・大根
			くだもの	バナナ
23	金		しんじゃがのうまに	豚肉・新じゃが・竹輪・厚揚げ・人参・ごぼう・いんげん
			きゅうりのすのもの	きゅうり・わかめ・ちりめんじゃこ・ごま
24	土		みそじる	玉ねぎ・えのき・味噌
			くだもの	バナナ
25	日		スパニッシュオムレツ	ベーコン・卵・人参・ほうれん草・玉ねぎ・南瓜・チーズ
			はるさめのマヨネーズあえ	ハム・春雨・人参・きゅうり・マヨネーズ
26	月		くだもの	バナナ
			さかなのたつたあげ	ヌルルーサ・生姜・片栗粉
27	火		こんにゃくのしらあえ	こんにゃく・しめじ・人参・豆腐・味噌・ごま
			すましじる	玉ねぎ・麩
28	水		くだもの	バナナ
			みかんヨーグルト	スキムミルク・みかん缶

日	曜日	乳	献立	食品材料名
23	金		やさしいだきあわせ	鶏むね肉・竹輪・厚揚げ・人参・いんげん・南瓜・筍・乾椎茸・じゃが芋・こんにゃく
			ほうれん草とコーンのごまあえ	ほうれん草・もやし・コーン・ごま
24	土		くだもの	バナナ
			あんこのケーキ	ホットケーキミックス・こしあん・卵・牛乳
25	日		チキンライス	鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン
			コンソメスープ	白菜・人参
26	月		すどり	鶏むね肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・筍・椎茸・ハイナッフル缶・生姜・片栗粉
			じゃがいものサラダ	ツナ・新じゃが・人参・きゅうり・マヨネーズ
27	火		すましじる	豆腐・大根・わかめ
			くだもの	バナナ
28	水		チキンカレー	鶏もも肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・マッシュルーム・カレールー
			キャベツサラダ	ハム・人参・キャベツ・きゅうり・卵・コーン
29	木		チーズ	棒チーズ
			くだもの	バナナ
30	金		とうふドーナツ	ホットケーキミックス・絹ごし豆腐
			さわたりのつけやき	鶏
31	土		えのきとわかめのちゅうがあえ	えのき・わかめ・コーン・玉ねぎ・ごま
			すましじる	豆腐・チンゲン菜
30	金		くだもの	バナナ
			リゾット	ベーコン・チーズ・玉ねぎ・牛乳・粉チーズ
31	土		カボチャタ	茄子・玉ねぎ・パプリカ・トマト
			くだもの	バナナ
30	金		ティラミス	マスカルポーネチーズ・生クリーム・クッキー・ココア
			春の遠足 全園児 おかず入り弁当	
31	土		ぶたどん	豚肉・人参・いんげん・玉ねぎ・糸こんにゃく・片栗粉
			みそじる	豆腐・えのき・味噌



《アレルギー（食材）一覧表》



- 牛乳、スキムミルク→豆乳
 - ヨーグルト→りんごゼリー
 - カレー→乳 不使用のルーで代用
 - チーズ、粉チーズ（乳）
 - クリームチーズ（乳）・バター（乳）
 - 生クリーム（乳）
- マヨネーズ（全卵）
 - 卵不使用のマヨネーズ
 - ハム（卵白）
- 小麦粉→米粉
 - うどん、焼きそば類（小麦粉）
 - マロニー、米粉スパゲティ
 - 麩（小麦粉）
 - マカロニー→小麦粉不使用のマカロニー
 - てんぷら粉→米粉
 - カレー→小麦粉、不使用のルー



- 5月2日(金)・・・こいのぼりサンドは、3～5歳児は白いご飯はいりません。
- 5月29日(木)・・・リゾットは4月に持ってきていただいたお米を使用する為、3～5歳児は白ご飯はいりません。
- 5月30日(金)・・・春の遠足の為、全園児おかず入り弁当です。



給食では旬の食材を取り入れた献立を心がけています。

今月は春野菜の『新じゃが』を多く取り入れています。新じゃがは5月～6月が旬で皮が薄いのが特徴です。特に多く含まれるビタミンCは肌の調子を整えたり、免疫力アップにつながります。