

16日・・・新メニュー
12日・・・お誕生日会



5月 給食献立表



なかよし保育園

日付	献立	熱と力に なるもの	血肉骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
5/1 (月)	カレーライス	米 ジャがいも カレールウ(乳)	牛肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒	オ レ ン ジ	ちんすこう
	ひじきのマリネ	オリーブ油		ひじき 人参 きゅうり	醤油 きび糖 酢		薄力粉 きび糖 油
	切干大根のソテー	油	ツナ	切干大根 パプリカ もやし	醤油 みりん		
							牛乳
5/2 (火)	ごはん	米				バ ナ ナ	市販のお菓子/ヨーグルト
	サワラの西京焼き		サワラ		白みそ きび糖 みりん 酒		市販のお菓子(サンコー)
	キャベツのゆかり和え			キャベツ 人参 もやし ゆかり	醤油 みりん		
	豆腐のすまし汁		絹豆腐	しめじ ねぎ	醤油 みりん 酒		お茶
5/3 (水)	憲法記念日						
5/4 (木)	みどりの日						
5/5 (金)	子どもの日						
5/6 (土)	ナポリタン	スパゲティ 油	ウイニー	玉ねぎ 人参 ピーマン	ケチャップ きび糖	清 見 オ レ ン ジ	市販のお菓子
	きゅうりのサラダ			きゅうり 人参 ひじき	醤油 酢 きび糖		市販のお菓子(サンコー)
	玉ねぎのコンソメスープ			玉ねぎ エリンギ わかめ	コンソメ		
							牛乳
5/8 (月)	ひじきのツナのごはん	米	ツナ	ひじき 人参	醤油 みりん	フ グ ル レ ー ッ プ	みそチーズ煮しパン
	豚肉のバター醤油炒め	バター(乳)	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ	醤油 酒		薄力粉 ベーキングパウダー 黒糖 牛乳 みそ 卵
	ブロッコリーのおかか和え		ちくわ かつお節	ブロッコリー コーン もやし	醤油 みりん		フロセスチーズ(乳)
	薄揚げのみそ汁		薄揚げ	なす えのき ねぎ	みそ		牛乳
5/9 (火)	ごはん	米				甘 夏	豆腐ドーナツ
	サケの塩焼き		サケ		塩		ホットケーキミックス 油 きび糖 絹豆腐
	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)		きゅうり 人参	塩		
	麩のすまし汁	おつゆ麩		なめこ えのき ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
5/10 (水)	パン	イエローパン(乳)				バ ナ ナ	梅昆布ごはん
	鶏肉のピザ風味焼き		鶏肉 チーズ(乳)	玉ねぎ ピーマン	ピザソース 酒 きび糖		米 梅干し 塩昆布
	ブロッコリーとの卵サラダ	マヨネーズ(卵)	卵	ブロッコリー 人参 コーン	塩		
	ほうれん草のスープ			パプリカ エリンギ ほうれん草	コンソメ		牛乳
5/11 (木)	しらす丼	米 すりごま	しらす	小松菜	醤油 酢 きび糖	清 見 オ レ ン ジ	ミートスパゲティ
	揚げ出し豆腐	油 片栗粉	木綿豆腐	えのき 人参 ししいたけ	醤油 みりん		スパゲティ 油 合挽肉 玉ねぎ 酒 トマト缶 ウスター
	わかめのすまし汁	じゃがいも		わかめ 玉ねぎ しめじ	醤油 みりん 酒		ケチャップ きび糖 パセリ粉
							牛乳
5/12 (金) (誕生日会)	コーンバターごはん	米 バター(乳)		コーン	コンソメ	プ チ ゼ リ ー	フルーツサンド
	チーズハンバーグ	パン粉	スライスチーズ(乳) 合挽肉 牛乳 卵	玉ねぎ 人参	醤油 みりん 酒		食パン クリームチーズ(乳) 生クリーム(乳) みかん缶
	フライドポテト	油		フライドポテト	塩		白桃缶
	豆乳スープ		豆乳	エリンギ 玉ねぎ 人参 ほうれん草	コンソメ		ヤクルト(乳)
5/13 (土)	肉みそ混ぜうどん	うどん ごま油 片栗粉	豚挽肉	玉ねぎ 人参 ニラ	みそ 醤油 きび糖 酒	フ グ ル レ ー ッ プ	市販のお菓子
	ほうれん草のナムル	ごま油		ほうれん草 人参 もやし	醤油 きび糖		市販のお菓子(サンコー)
	わかめのスープ			わかめ 玉ねぎ しめじ	中華味		
							牛乳
5/15 (月)	ごはん	米				オ レ ン ジ	米粉のパウンドケーキ
	カレイのみそマヨ焼き	マヨネーズ(卵)	カレイ	玉ねぎ	みそ 酒		米粉 卵 牛乳 きび糖 油 ベーキングパウダー 塩
	もやしののり和え			もやし 人参 キャベツ 刻みのり	醤油 みりん		
	けんちん汁			ごぼう 人参 大根 ししいたけ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
5/16 (火)	ごはん	米				さくらんぼ	黒糖ミルクくすもち
	☆大豆入りつくね☆	片栗粉	鶏挽肉 大豆	玉ねぎ ねぎ	醤油 酒 塩		片栗粉 黒糖 牛乳 きな粉 きび糖
	刻み昆布のサラダ			刻み昆布 きゅうり 人参 えのき	醤油 酢 きび糖		
	かぼちゃのみそ汁			かぼちゃ 玉ねぎ しめじ わかめ	みそ		牛乳
5/17 (水)	ごはん	米				甘夏	白ごまクッキー
	サワラのきのこあんかけ	片栗粉	サワラ	しいたけ えのき 人参	醤油 きび糖 酒 塩		薄力粉 すりごま 塩 きび糖 油
	ちくわの磯辺揚げ	油 天ぷら粉(卵)	ちくわ	青のり	塩		
	かき玉汁		卵	玉ねぎ なめこ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
5/18 (木)	塩ラーメン	中華麺	豚肉	玉ねぎ 人参 もやし コーン ねぎ	中華味 塩 酒	バナナ	チャーハン
	豆腐のナムル	ごま油 すりごま	木綿豆腐	人参 きゅうり わかめ	醤油 きび糖		米 ウイニー 卵 ごま油 ねぎ 中華味 醤油
	ほうれん草のソテー	油	ツナ	ほうれん草 パプリカ エリンギ	中華味		
							牛乳
5/19 (金)	ごはん	米				フチゼリー	パリパリチーズ
	ツナ入り厚焼き卵	油	ツナ 卵	玉ねぎ 人参 しいたけ	醤油 みりん 酒		餃子の皮 チーズ(乳) 油 塩
	小松菜の和え物		ちくわ	小松菜 人参 もやし	醤油 みりん		
	しめじのすまし汁	おつゆ麩		玉ねぎ しめじ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
5/20 (土)	ごはん	米				清見オレンジ	市販のお菓子
	鶏肉の梅照り焼き		鶏肉	梅干し	醤油 みりん 酒		市販のお菓子(サンコー)
	もやしの塩昆布和え			もやし 人参 きゅうり 塩昆布	醤油 みりん		
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも		キャベツ わかめ	みそ		牛乳
5/22 (月)	ごはん	米				フグルレーツプ	市販のお菓子/ヨーグルト
	すき焼き風煮	おつゆ麩 糸こんにゃく	牛肉 焼き豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜	醤油 みりん 酒 きび糖		皇たべよ/ヨーグルト(乳)
	ブロッコリーのごま和え	すりごま		ブロッコリー コーン もやし 人参	醤油 みりん		
	玉ねぎのみそ汁		薄揚げ	玉ねぎ えのき ねぎ	みそ		お茶
5/23 (火)	ごはん	米				オレンジ	ちんすこう
	サワラの西京焼き		サワラ		白みそ きび糖 みりん 酒		薄力粉 きび糖 油
	キャベツのゆかり和え			キャベツ 人参 もやし ゆかり	醤油 みりん		
	豆腐のすまし汁		絹豆腐	しめじ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
5/24 (水)	鶏の照り焼き丼	米	鶏肉	玉ねぎ ねぎ	醤油 みりん 酒	バナナ	市販のパン
	ひじきの煮物		薄揚げ	ひじき 人参 しいたけ	醤油 みりん		カスタードリング(卵・乳)
	キャベツのみそ汁			キャベツ えのき 小松菜	みそ		
							ジョアブレーション(乳)
5/25 (木)	ひじきのツナのごはん	米	ツナ	ひじき 人参	醤油 みりん	甘夏	みそチーズ蒸しパン
	豚肉のバター醤油炒め	バター(乳)	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ	醤油 酒		薄力粉 ベーキングパウダー 黒糖 牛乳 みそ 卵 プロセスチーズ(乳)
	ブロッコリーのおかか和え		ちくわ かつお節	ブロッコリー コーン もやし	醤油 みりん		
	薄揚げのみそ汁		薄揚げ	なす えのき ねぎ	みそ		牛乳
5/26 (金)	ごはん	米				清見オレンジ	豆腐ドーナツ
	サケの塩焼き		サケ		塩		ホットケーキミックス 油 きび糖 絹豆腐
	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)		きゅうり 人参	塩		
	麩のすまし汁	おつゆ麩		なめこ えのき ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳
5/27 (土)	豚丼	米	豚肉	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ	醤油 みりん 酒 きび糖	バナナ	市販のお菓子
	切干大根のサラダ			切干大根 パプリカ きゅうり	醤油 きび糖 酢		市販のお菓子(サンコー)
	キャベツのみそ汁			キャベツ 玉ねぎ わかめ	みそ		
							牛乳
5/29 (月)	しらす丼	米 すりごま	しらす	小松菜	醤油 酢 きび糖	甘夏	ミートスパゲティ
	揚げ出し豆腐	油 片栗粉	木綿豆腐	えのき 人参 しいたけ	醤油 みりん		スパゲティ 油 合挽肉 玉ねぎ 酒 トマト缶 ウスター
	わかめのすまし汁	じゃがいも		わかめ 玉ねぎ しめじ	醤油 みりん 酒		ケチャップ きび糖 パセリ粉
							牛乳
5/30 (火)	パン	イエローパン(乳)				オレンジ	梅昆布ごはん
	鶏肉のピザ風味焼き		鶏肉 チーズ(乳)	玉ねぎ ピーマン	ピザソース 酒 きび糖		米 梅干し 塩昆布
	ブロッコリーと卵のサラダ	マヨネーズ(卵)	卵	ブロッコリー 人参 コーン	塩		
	ほうれん草のスープ			パプリカ エリンギ ほうれん草	コンソメ		牛乳
5/31 (水)	ごはん	米				フグルレーツプ	米粉のパウンドケーキ
	カレイのみそマヨ焼き	マヨネーズ(卵)	カレイ	玉ねぎ	みそ 酒		米粉 卵 牛乳 きび糖 油 ベーキングパウダー 塩
	もやしののり和え			もやし 人参 キャベツ 刻みのり	醤油 みりん		
	けんちん汁			ごぼう 人参 大根 しいたけ ねぎ	醤油 みりん 酒		牛乳