

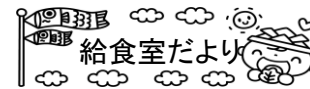
# 5月 幼児予定献立表

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 水	ハリハリ春巻き并 中華スープ フルーツミルクかん	七分米/緑豆はるさめ/ご ま油/砂糖/ワントンの皮 /サラダ油/ごま/ホット ケーキミックス	豚ひき肉/木綿豆腐/乾燥 わかめ/牛乳/普通牛乳/ 調製豆乳	白ねぎ/ピーマン/赤ピー マン/にんじん/えのきた け/にんにく/みかん缶詰 /レーズン	牛乳 レーズン蒸しパン
2 木	手作りパン クリームチュー 三種の温野菜	強力粉(1等)/砂糖/ジャ ガイ/生/小麦粉/有 塩バター/サラダ油/じゃ がいも/七分米	牛乳/鶏むね(皮付、生)/普 通牛乳/干ひじき/大豆	玉葱/にんじん/グリーン ピース(水煮缶詰)/ブロッ コリー	麦茶 ひじきと大豆のおにぎり
7 火	麦ご飯 手作りサバカレー ピクルス ブルー	七分米/押麦/サラダ油/ じゃがいも/有塩バター/ 小麦粉/砂糖/マカロニ (乾)	さば(缶詰、水煮)/普通牛 乳/きな粉	にんにく/しょうが/玉葱 /にんじん/トマト缶/ホ ル/きゅうり/だいこん (葉、生)/ブルー(乾)	牛乳 マカロニきな粉
8 水	麦ご飯 変わり五豆 野菜の焼香和え 味噌汁(大根・油揚げ)	七分米/押麦/じゃがいも /サラダ油/砂糖/ごま/ ごま油/ビーフン	大豆/豚大型もも(脂身付、 生)/焼きのり/油揚げ/味 噌/普通牛乳/豚ひき肉	にんにく/しょうが/玉葱 /小松菜/大根/玉葱 /にら	牛乳 焼きビーフン
9 木	麦ご飯 切干大根の青椒肉絲 中華きゅうり 野菜のスープ	七分米/押麦/ごま油/片 栗粉/砂糖/ホットケーキ ミックス/サラダ油	豚大型もも(脂身付、生)/普 通牛乳/絹ごし豆腐	切干大根/しょうが/赤 ピーマン/ピーマン/にん じん/エリンギ(生)/きゅ うり/玉葱/キャベツ/ス イートコーン缶	牛乳 焼きココアドーナツ
10 金	麦ご飯 タンディーチキン ツナフレンチサラダ ブロッコリースープ	七分米/押麦/砂糖/切麩 /有塩バター/グラニュー 糖	鶏むね(皮付、生)/ブレン ドヨーグルト/ツナ缶/豚 ベーコン/普通牛乳	にんにく/しょうが/キャ ベツ/もやし/きゅうり/ 玉葱/にんじん/ブロッ コリー/スイートコーン缶	牛乳 お麩ラスク
11 土	豚丼(土) 味噌汁(切麩・わかめ) オレンジ(土)	七分米/サラダ油/しらた き/砂糖/切麩/クラッ カー	豚大型もも(脂身付、生)/乾 燥わかめ/味噌/普通牛乳	にんにく/玉葱/いんげん /パプリカ/レタ/いちごジャ ム	牛乳 お菓子
13 月	ミートソースパゲティ 野菜のレモン和え コリアンブ(玉ねぎ・エネ) バナナ	スパゲティ(乾)/サラダ 油/小麦粉/砂糖/七分米	豚ひき肉/豚大型もも(脂身 付、生)	しょうが/にんにく/玉葱/にん じん/セロリ/トマト缶/ホ ル/グリーンピース/キャベツ/もやし /小松菜/レモン汁/えのきた け/バナナ/赤ピーマン/ピーマン /白ねぎ	麦茶 チャーハン
14 火	麦ご飯 レバカツ 春キャブの味噌和え カブと春雨スープ	七分米/押麦/片栗粉/小 麦粉/パン粉/サラダ油/ マヨネーズ/砂糖/緑豆は るさめ/ごま油	鶏レバー/焼き竹輪/味噌/ 木綿豆腐/普通牛乳/き な粉	キャベツ/いんげん/かぶ (根、皮つき、生)/エリン ギ(生)/バナナ	牛乳 安宿川バナナ
15 水	わかめごはん 両野豆腐の味噌煮 もやしと油揚げの和え物 味噌汁(わかめ・玉葱)	七分米/ごま/片栗粉/砂 糖/ごま油/ホットケーキ ミックス/食塩不使用パ ター	乾燥わかめ/高野豆腐/豚 ひき肉/干ひじき/木綿豆 腐/油揚げ/味噌/普通牛 乳/調製豆乳	しょうが/もやし/玉葱	牛乳 豆乳セサミクッキー
16 木	麦ご飯 チキンの塩焼き マカロニサラダ 豆乳コンソープ	七分米/押麦/サラダ油/ マカロニ(乾)/マヨネーズ /じゃがいも/有塩バター	鶏肉もも(皮付、生)/ツナ缶 /豚大型もも(脂身付、生)/ 調製豆乳/牛乳/普通牛乳 /あおのり(素干し)	きゅうり/にんじん/玉葱 /レモン汁/小松菜/ク リームコーン缶	牛乳 じゃがバター
17 金	麦ご飯 野菜のかき揚げ 肉味噌納豆 豚汁	七分米/押麦/じゃがいも /小麦粉/片栗粉/サラダ 油/食パン	挽きわり納豆/豚ひき肉/ 味噌/豚大型もも(脂身、生) /木綿豆腐/普通牛乳	スイートコーン缶/玉葱/ にんじん/グリーンピース/ 白ねぎ/大根/小松菜/こ ぼろ/いちごジャム	牛乳 ジャムサンド
18 土	ハヤシライス バナナ(土)	七分米/サラダ油/ソフト ビスケット	豚大型もも(脂身付、生)/普 通牛乳	玉葱/にんじん/グリン ピース/バナナ	牛乳 お菓子
20 月	麦ご飯 童の子餅豚 きゅうりの甘酢漬け 中華風カレーライス	七分米/押麦/片栗粉/サ ラダ油/じゃがいも/砂糖 /ホットケーキミックス/ 食塩不使用バター/粉糖	豚大型もも(脂身付、生)/普 通牛乳/調製豆乳	ごぼう/玉葱/にんじん/ ピーマン/エリンギ(生)/ きゅうり/スイートコー ン缶/クリームコーン缶/ りんご	牛乳 キャロットケーキ
21 火	茶飯 焼きししゃも じゃが芋きんぴらサラダ 味噌汁(切干大根油揚げ)	七分米/じゃがいも/ごま /マヨネーズ/ごま油/片 栗粉/砂糖	ししゃも/油揚げ/味噌/ 普通牛乳/牛乳/調製豆乳 /きな粉	にんにく/いんげん/切干 大根/えのきたけ	牛乳 豆乳もち

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
22 水	麦ご飯 コロケ ポールスロー 鶏肉と野菜のスープ	七分米/押麦/じゃがいも /有塩バター/砂糖/小麦 粉/パン粉/サラダ油/マ ヨネーズ/強力粉(1等)/ご ま油/ごま	豚ひき肉/鶏むね(皮付、生) /普通牛乳/牛乳/プロセ スチーズ	玉葱/キャベツ/にんじん /スイートコーン缶/ごぼ ろ	牛乳 手作りきんぴらピザ
23 木	白菜と肉団子の中華丼 酢ナムル わかめスープ オレンジ	七分米/押麦/片栗粉/緑 豆はるさめ/砂糖/ごま油 /ごま/小麦粉/マヨネ ーズ/サラダ油	豚ひき肉/木綿豆腐/乾燥 わかめ/普通牛乳/ツナ缶	白菜/白ねぎ/しょうが/ 小松菜/もやし/にんじん /パプリカ/レタ/玉葱	牛乳 豆腐ナゲット
24 金	麦ご飯 ミートボール かぼちゃのサラダ コンソープ	七分米/押麦/サラダ油/ パン粉/砂糖/マヨネ ーズ/ホットケーキミックス/ 有塩バター/粉糖	豚ひき肉/鶏ひき肉(生)/ 牛乳/普通牛乳/クリーム (乳脂肪)	玉葱/かぼちゃ/レーズン /ブロッコリー/スイート コーン缶/にんじん/りん ご/レモン汁	牛乳 デコレーションケーキ
25 土	マーボー豆腐丼(土) わかめスープ ブルー	七分米/砂糖/片栗粉/ご ま油/ごま/せんべい	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌 /乾燥わかめ/普通牛乳	しょうが/にんにく/白ね ぎ/にら/小松菜/ブルー (乾)	牛乳 お菓子
27 月	麦ご飯 じゃがいもの味噌炒め 小松菜のマヨ和え すまし汁(わかめ・エノキ)	七分米/押麦/じゃがいも /サラダ油/砂糖/片栗粉 /マヨネーズ/強力粉(1等)	豚ひき肉/生揚げ/味噌/ 乾燥わかめ/普通牛乳/牛 乳	キャベツ/にんじん/しょ うが/グリーンピース/小松 菜/えのきたけ/玉葱	牛乳 肉まん風蒸しパン
28 火	麦ご飯 鯉のCALE醤油焼き さつま芋と昆布の煮物 味噌汁(キャブ・油揚げ)	七分米/押麦/砂糖/さつ まいも/サラダ油/ぎょう ざの皮/有塩バター	銀鮭/刻み昆布/油揚げ/ 味噌/普通牛乳/クリー ムチーズ	にんじん/キャベツ/りん ご	牛乳 りんごピザ
29 水	具沢山マーボー豆腐丼 かぶとツナサラダ 春雨スープ	七分米/砂糖/片栗粉/ご ま油/マヨネーズ/緑豆は るさめ/食パン/マヨネ ーズ/調味料(低カロリー)/ごま (乾)	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌 /ツナ缶/普通牛乳/しら す干し/あおのり(素干し) /小松菜	しょうが/にんにく/白ね ぎ/にんじん/えのきたけ /にら/かぶ/玉葱/小松 菜	牛乳 カルシウムラスク
30 木	麦ご飯 豚肉と生揚げの味噌炒め 大根サラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	七分米/押麦/サラダ油/ 砂糖/マヨネーズ/じゃが いも/片栗粉	生揚げ/豚肉モモ/味噌/ ツナ缶/木綿豆腐/乾燥わ かめ/普通牛乳/花枝/あ おのり(素干し)	キャベツ/エリンギ(生)/ にんじん/にんにく/しょ うが/大根/きゅうり/ス イートコーン缶	牛乳 じゃがまるくん
31 金	麦ご飯 塩麹の和風トドろ きゅうりの甘酢漬け すまし汁(わかめ・エネ・油揚) りんご	七分米/押麦/片栗粉/パ ン粉/サラダ油/砂糖/蒸 し中華めん	豚ひき肉/木綿豆腐/干ひ じき/普通牛乳/乾燥わか め/油揚げ/豚大型もも(脂 身付、生)	玉葱/にんじん/赤ピーマ ン/スイートコーン缶/グ リンピース/きゅうり/え のきたけ/りんご/ごま/や し/スイートコーン(生)	牛乳 ラーメン

月平均栄養価	幼児	エネルギー：526 タンパク質(g)：21.4 脂質(g)：16.0 カルシウム(mg)：231 塩分：1.7
--------	----	---

☆午前のおやつは、牛乳です。にじ組のみとなります。  
 ☆材料の仕入れの都合により、献立を変更することがあります。  
 ☆補食のおにぎりは、幼児80g、乳児60gです(ゆかり、わかめ、青菜、ごま、塩昆布のローテーションになります。)  
 ☆土曜日の給食については、本園での提供となります。



5月5日はこどもの日です。  
 こどもの日は、こども達の健やかな成長を願う日で男女の別はないそうです。別名「端午の節句」というので、男の子のイメージが強いのですが、本来はみんなが無事に過ごせるよう季節の節目に邪気払いをする行事です。  
 端午の節句の食べ物として、粽(ちまき)と柏餅があります。柏餅には柏の木は新芽が出るまでは古い葉が落ちないことから、子孫定々来るようにと願いが込められています。また、粽には、ちまきを毒へになぞらえて、それを食べることで免疫が付き、悪病災難の憂いを除くという意味があります。  
 子ども達の健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないですね。

