

5 月予定幼児食献立表

平成30年

みやび認定こども園

日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	火	あわごはん 照り焼きチキン 温野菜サラダ もずくスープ 果物	チョコバー 牛乳	鶏もも 卵 もずく チーズ 牛乳	白米 あわ マシュマロ バター 砂糖 チョコレート ビスケット	人参 白菜 いら ブロッコリー 果物	
2	水	【こどもの日祝い献立】オムライス スパサラダ こいのぼりウインナー コンソメスープ ミニゼリー	ミニたい焼き 牛乳	鶏肉 卵 ウインナー グリーンピース ワカメ 牛乳	白米 サラスパ ゴマ コーン ミニたい焼き 油	人参 玉ねぎ 黄ピーマン ブロッコリー	
7	月	鮭のそぼろ丼 果物 ほうれん草のお浸し アーサのすまし汁	手作りクッキー 牛乳	鮭 アーサ 絹ごし豆腐 卵 牛乳	白米 油 コーン バター	人参 ホウレン草 ネギ 果物	
8	火	【ゴーヤの日献立】玄米ごはん キャベツのみそ汁 きびなごのから揚げ ゴーヤチャンプルー 果物	青菜しらすおにぎり 牛乳	きびなご 豚肉 油揚げ 卵 牛乳	白米 玄米 油	人参 玉ねぎ キャベツ ニラ ゴーヤ 果物 からし菜	
9	水	お 弁 当 会					
10	木	わかめごはん 和風ハンバーグ 果物 カレー風味のポテトサラダ ほうれん草のすまし汁	パナナケーキ 牛乳	ワカメ 合挽き肉 卵 チーズ 牛乳 バター	白米 じゃが芋 コーン 米粉 マヨネーズ 小麦粉 砂糖	人参 玉ねぎ 大根 ネギ きゅうり ホウレン草 果物	
11	金	ごはん 生姜焼き わかめの和え物 じゃが芋のみそ汁 果物	枝豆蒸しパン 牛乳	豚肉 ワカメ ちくわ 卵 枝豆 牛乳 チーズ	白米 じゃが芋 油 砂糖 ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ ホウレン草 きゅうり シメジ 果物	
12	土	ドライカレー フレンチサラダ 小松菜スープ 果物	フルーツポンチ 牛乳	豚ミンチ グリンピース チーズ	白米 カルルー オリーブオイル 砂糖	人参 玉ねぎ シメジ レタス 小松菜 きゅうり 赤ピーマン 果物	
14	月	ごはん 魚の照り焼き 果物 マーミナーチャンプルー ゆし豆腐	ふかし芋 牛乳	赤魚 ゆし豆腐 豚肉 牛乳	白米 小麦粉 油 砂糖 バター さつま芋	人参 もやし ピーマン ネギ インゲン 果物	
15	火	三枚肉そば ひじきの白和え 果物	梅しそおにぎり 牛乳	豚肉 ひじき 枝豆 カマボコ 木綿豆腐 牛乳	沖縄そば ゴマ 黒糖 砂糖 白米	人参 ゴボウ レンコン ネギ 果物	
16	水	あわごはん 魚の甘酢あんかけ 南瓜のサラダ なめこのみそ汁 果物	黒糖サターアングター 牛乳	赤魚 卵 チーズ 絹ごし豆腐 牛乳	白米 あわ マヨネーズ 砂糖 油 小麦粉 黒糖	人参 玉ねぎ ピーマン 南瓜 レーズン なめこ ネギ 果物	
17	木	ごはん 回鍋肉 ゴマ和え 玉ねぎと油あげのみそ汁 果物	トマトケーキ 牛乳	豚肉 卵 油揚げ 大豆 牛乳	白米 砂糖 バター	人参 玉ねぎ インゲン キャベツ きゅうり 切干大根 トマト 果物	
18	金	【かみ献立】ごはん 鮭のオーロラソース焼き キャベツのパリパリサラダ えのきのみそ汁 果物	おやつパン 牛乳	鮭 チーズ わかめ 牛乳	白米 あわ じゃが芋 ゴマ 油 おやつパン	人参 キャベツ きゅうり エノキ ネギ 果物	
19	土	【食育の日献立】 ケーブジュシー イナムドウチ 果物	はちや棒 牛乳	豚肉 刻み昆布 油揚げ カステラカマボコ 牛乳	白米 コンニャク はちや棒 小麦粉 黒糖 油	人参 ネギ 干シイタケ 果物	
21	月	焼うどん 野菜の白和え 大根のすまし汁 ヨーグルト和え	しそ昆布おにぎり お茶	豚ばら肉 木綿豆腐 ツナ ヨーグルト しそ昆布 牛乳	うどん ゴマ 油 白米	人参 玉ねぎ キャベツ いら きゅうり 大根 しめじ 果物	
22	火	レタスチャーハン ナムル 豚汁 果物	カップケーキ 牛乳	豚肉 卵 牛乳	白米 油 小麦粉 バター 砂糖	人参 玉ねぎ ネギ ホウレン草 レーズン 果物	
23	水	あわごはん 豆腐のあんかけ 白菜サラダ 魚汁 果物	くずもち 牛乳	木綿豆腐 赤魚 きな粉 牛乳	白米 あわ 油 芋くず 黒糖 砂糖	人参 玉ねぎ シイタケ 冬瓜 ネギ きゅうり 白菜 果物	
24	木	納豆ごはん 肉じゃが 中華和え 厚揚げのみそ汁 果物	おやつパン 牛乳	納豆 あらのり 豚肉 ツナ ワカメ 厚揚げ 牛乳	白米 じゃが芋 しらたき 油 砂糖	人参 玉ねぎ 小松菜 きゅうり 長ネギ 果物	
25	金	お誕生会メニュー	パースデーケーキ 牛乳	豚肉 卵 チーズ 牛乳 ハム	白米 米粉 油 マヨネーズ バター 小麦粉 砂糖	赤ピーマン ブロッコリー 黄ピーマン レタス キュウリ ほうれん草 グレープフルーツ	
26	土	豚丼 春雨スープ 果物	クラッカー チーズ 牛乳	ベーコン 豚肉 チーズ 牛乳	白米 コーン 春雨 クラッカー 牛乳	人参 玉ねぎ レタス もやし ホウレン草 レンコン ピーマン 果物	
28	月	ひき肉カレーライス シーザーサラダ もずくスープ 果物	田芋の芋くじアングター 牛乳	豚ミンチ 鶏ミンチ グリンピース もずく 牛乳	白米 じゃが芋 コーン 油 カレー粉 芋くず 白玉粉	人参 玉ねぎ 南瓜 レタス トマト 白菜 ニラ ネギ 果物	
29	火	ごはん 魚の味噌漬焼き ひじき炒め あさりのすまし汁 果物	おやつパン 牛乳	赤魚 ひじき 豚肉 油揚げ あさり 牛乳	白米 しらたき 油 砂糖 おやつパン	人参 ニら みつば 果物	
30	水	あわごはん 鯖のカレームニエル 豆サラダ 小松菜のみそ汁 果物	みそおにぎり お茶	鯖 トコビーンス 油揚げ 枝豆 ツナ	白米 あわ 小麦粉 バター ゴマ 砂糖	レタス きゅうり 冬瓜 小松菜 果物	
31	木	ごはん 沖縄風煮付 果物 ブロッコリーのじゃこ和え そうめん汁	さつま芋の天ぷら 牛乳	豚肉 厚揚げ 昆布 しらす 卵 牛乳	白米 そうめん 砂糖 さつま芋 小麦粉 油	人参 大根 ブロッコリー ねぎ いんげん 果物	

\* 5月3日は憲法記念日でお休みです。  
\* 5月4日はみどりの日でお休みです。  
\* 5月5日はこどもの日でお休みです。  
※食材の都合により献立を変更する事があります。

