



平成28年



# 5月の予定献立表

希望の星保育園



日	曜日	献立名	おやつ	赤の食品 (血や肉をつくるもの)	緑の食品 (体の調子を整える)	黄色の食品 (力や体温になるもの)	その他	
2	月	おにぎり チキンのマーメレード煮 とうもろこし 野菜スープ パイン缶	麦茶 プリン クラッカー	鶏手羽元 かつお節 大豆	のり きゅうり コーン マーメレード キャベツ たまねぎ しめじ パイン缶	精白米 バター 片栗粉	しょうゆ みりん	
3	火	<b>憲法記念日</b>	こどもの日にはかしわ餅を食べる風習があります。かしわの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「子孫代々栄える」という願いが込められています。こども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！ 					
4	水	<b>みどりの日</b>						
5	木	<b>こどもの日</b>						
6	金	胚芽ご飯 ハンバーグ ゼリー ゴーヤーチャンプルー そうめん汁	ミルク もずくひらやーちー	合挽き肉 牛乳 卵 かつお節 ミルク ツナ缶	たまねぎ にがうり にんじん もやしねぎ しめじ 寒天 みかん缶 もずく にら	はいが精米 きび 米粒麦 パン粉 油 そうめん グラニュー糖 薄力粉	ケチャップ ソース しょうゆ	
7	土	魚そぼろご飯 ほうれん草のナムル 豆腐とコーンのスープ オレンジ	りんごジュース ウインナードック	紅鮭 ハム かつお節 絹ごし豆腐 卵 ウインナー	にんじん ごぼう みつば しょうが ほうれん草 もやし たまねぎ コーン オレンジ	精白米 ごま油 三温糖 ごま 片栗粉 油 ホットケーキ	しょうゆ 酢 ケチャップ	
9	月	胚芽ご飯 マーボー豆腐 りんご 胡瓜とわかめの酢の物 かき玉汁	ミルク スコーン	沖縄豆腐 豚ひき肉 かつお節 しらす干し 卵 ミルク ホイップクリーム	根深ねぎ しいたけ にら にんにく しょうが 昆布 きゅうり わかめ トマト	はいが精米 きび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 薄力粉 強力粉 グラニュー糖	みそ 酢 しょうゆ	
10	火	胚芽ご飯 赤魚の照り焼き ブルーン じゃがいも炒め 小松菜のみそ汁	麦茶 ポーポー	アラスカめぬけ 豚ロース かつお節 油揚げ 卵	しょうが にんじん にんにく にら こまつな	はいが精米 きび 米粒麦 油 じゃがいも 薄力粉 ホットケーキ 黒砂糖	しょうゆ みそ みりん	
11	水	たけのこご飯 南瓜のもずくあんかけ コンソメスープ チーズ	ミルク シリアルクッキー	かつお節 豚・ひき肉 大豆 鶏ダシ骨 チーズ ミルク 脱脂粉乳 卵	にんじん たけのこ みつば かぼちゃ たまねぎ もずく パセリ	精白米 油 三温糖 片栗粉 薄力粉 バター	しょうゆ みりん	
12	木	胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き 春野菜炒め そうめん汁 ブルーン	ミルク きなこトースト	ホキ 豚ロース かつお節 ミルク きな粉	キャベツ ビーマン にんじん たまねぎ 生しいたけ しめじ みつば	はいが精米 きび 米粒麦 三温糖 ごま油 そうめん 食パン バター	しょうゆ みりん	
13	金	スパゲティーミートソース 温野菜サラダ レタススープ りんご	麦茶 鮭おにぎり	合挽き肉 豚レバー かつお節 ベーコン 紅鮭	たまねぎ にんじん トマト カリフラワー ブロッコリー かぼちゃ レタス しめじ	スパゲティー バター 精白米 ごま ごま油	ケチャップ ソース マヨネーズ	
14	土	大豆ご飯 おかか和え もやしのみそ汁 オレンジ	ミルク 芋つぶら	大豆 鶏もも肉 かつお節 ミルク	ひじき にんじん にら キャベツ きゅうり もやし ねぎ オレンジ	精白米 三温糖 焼きふ さつまいも 薄力粉 油	しょうゆ 酢 みそ	
16	月	もずく丼 大根のレモン漬け ゆし豆腐 りんご	豆乳 南瓜パイ	豚ひき肉 鶏卵・全卵 ゆし豆腐 かつお節 豆乳	もずく しょうが にんじん さいいんげん 大根 きゅうり レモン ねぎ りんご かぼちゃ	精白米 三温糖 ごま油 片栗粉 油 バター きょうざの皮	しょうゆ 酢 みそ	
17	火	胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ オレンジ マゼドアンサラダ アーサ汁	麦茶 ぜんざい りんご	ホキ チーズ かつお節 焼き竹輪 いんげんまめ	たまねぎ きゅうり にんじん コーン あおさ ねぎ オレンジ りんご	はいが精米 きび 米粒麦 薄力粉 片栗粉 油 三温糖 じゃがいも 押麦 黒砂糖	しょうゆ マヨネーズ	
18	水	胚芽ご飯 さばのカレーピカタ 伴三絲 オニオンスープ パイン缶	ミルク シナモンロール	さば 卵 かつお節 ベーコン 大豆 ミルク 脱脂粉乳	きゅうり もやし にんじん たまねぎ パセリ パイン缶 干しぶどう	はいが精米 きび 米粒麦 薄力粉 油 はるさめ ごま ごま油 三温糖 片栗粉	しょうゆ 酢	
19	木	<b>5月生まれ 誕生会</b>	りんごジュース ヨーグルトケーキ	お弁当お願いします。サンプルを展示します。ご覧くださいね。				
20	金	胚芽ご飯 豚肉生姜焼き オレンジ ごまじゃこサラダ 豆苗スープ	ミルク 芋ドーナツ	豚ロース しらす干し かつお節 絹ごし豆腐 ミルク 卵	たまねぎ しょうが キャベツ にんじん きゅうり 豆苗 しめじ オレンジ	はいが精米 きび 米粒麦 三温糖 油 片栗粉 ごま ごま油 さつまいも	しょうゆ 酢 みりん	
21	土	昆布ご飯 春雨のナムル じゃがいものみそ汁 ブルーン	豆乳 ホットケーキ	豚肉 かつお節 豆乳 卵	刻み昆布 にんじん きゅうり もやし たまねぎ みつば	精白米 油 はるさめ ごま油 じゃがいも ホットケーキ はちみつ	しょうゆ みそ みりん	
23	月	タコライス マッシュポテト きのこのすまし汁 りんご	ミルク ふわふわ パナナ	合挽き肉 チーズ 牛乳 かつお節 ミルク ホイップクリーム 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん レタス トマト パセリ えのき しめじ ねぎ りんご パナナ	精白米 じゃがいも バター 焼きふ グラニュー糖	チリソース しょうゆ	
24	火	胚芽ご飯 豆腐の肉みそあんかけ ゴーヤーサラダ すまし汁 オレンジ	ミルク 芋もち団子	沖縄豆腐 豚ひき肉 かつお節 ミルク きな粉	しょうが 根深ねぎ にがうり パイン缶 にんじん たまねぎ えのき ねぎ オレンジ	はいが精米 きび 米粒麦 三温糖 ごま油 焼きふ さつまいも 白玉粉 油	しょうゆ 酢 みりん	
25	水	胚芽ご飯 魚のチーズ揚げ パイン缶 くーびいりちー 青梗菜のみそ汁	豆乳 胡麻スティック	キングクリップ 卵 粉チーズ 豚ロース かつお節 豆乳	昆布 しいたけ にんじん にら チンゲン菜 えのき パイン缶	はいが精米 きび 米粒麦 薄力粉 パン粉 油 こんにゃく 強力粉 グラニュー糖 ごま	しょうゆ みそ	
26	木	胚芽ご飯 タンドリーチキン オレンジ 人参シリシリ わかめスープ	ミルク 小魚 スイートポテト	鶏もも肉 ヨーグルト 卵 かつお節 ホイップクリーム	にんじん たまねぎ ビーマン わかめ えのき ねぎ オレンジ	はいが精米 きび 米粒麦 油 ごま油 さつまいも 三温糖 バター	しょうゆ ケチャップ	
27	金	パン 鮭のマヨネーズ焼き パイン缶 グリーンサラダ ホワイトシチュー	麦茶 くーびいりちー	脱脂粉乳 卵 紅鮭 ツナ缶 鶏もも肉 豚肉 かつお節	コーン缶 キャベツ たまねぎ ブロッコリー きゅうり パセリ にんじん パイン缶 しいたけ	強力粉 グラニュー糖 バター 薄力粉 油 じゃがいも 精白米	マヨネーズ しょうゆ 酢 みりん	
28	土	きのこご飯 小松菜の和え物 とろろ昆布汁 黄桃缶	ミルク パナナ コーンフレーク	鶏もも肉 かつお節 ミルク	しめじ しいたけ まいたけ にんじん みつば こまつな きゅうり 昆布 みつば もも缶	精白米 コーンフレーク	しょうゆ 酢 みりん	
30	月	胚芽ご飯 さばの有馬焼き りんご 切り干しサラダ 冬瓜のみそ汁	ミルク ピザポテト 小魚	さば ツナ缶 煮干し ミルク ベーコン チーズ	しょうが にんにく きゅうり 切り干し大根 にんじん とうがん りんご パセリ	はいが精米 きび 米粒麦 油 ごま 三温糖 ごま油 じゃがいも	しょうゆ 酢 みそ	
31	火	胚芽ご飯 お魚ハンバーグ ヨーグルト 五目きんぴら コーンスープ	麦茶 ブルーン きなこクッキー	まだら 沖縄豆腐 ベーコン かつお節 ヨーグルト きな粉 卵	たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ にら コーン缶 パセリ	はいが精米 きび 米粒麦 油 焼きふ 三温糖 片栗粉 こんにゃく ごま油 薄力粉	しょうゆ みりん	

※ 材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※ 初めて食べる食材やアレルギーを起こすおそれがある食材がある場合は前もってご相談ください。

※ 朝ごはんはしっかり食べてから登園しましょう。

