



5月献立表



★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	日					
2	月	磯辺せんべい	ごはん あじの香味焼き きんぴらピーマン 新玉ねぎの味噌汁 パイナップル	米 あじ、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、サラダ菜 ピーマン、パプリカ、豚肉、醤油、みりん、砂糖、ごま、ごま油 玉ねぎ、えのき、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し パイナップル	さつま芋 さつま芋、砂糖、片栗粉 おやき マーガリン、ごま	
3	火		憲法記念日			
4	水		みどりの日			
5	木		こどもの日			
6	金	紅いもチップス	ジャージャー麺 ★カミカミサラダ 肉団子のケチャップ和え バナナ	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干椎茸、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 きゅうり、人参、キヤベツ、さきいか、酢、醤油、砂糖、ごま 肉団子、スナップエンドウ、ケチャップ バナナ	米、ちりめんじやこ 人参じやこ おにぎり 鰹節、ごま	
7	土	かりんとう	中華丼 わかめスープ オレンジ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 長ねぎ、わかめ、しめじ、醤油、中華味 オレンジ	ジャム サンド 食パン、いちごジャム	
8	日					
9	月	チーズ	ごはん さばの竜田揚げ ミックスお浸し わかたけ汁 甘夏柑	米 さば、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油 白菜、ほうれん草、人参、もやし、なめたけ、醤油、鰹節 たけのこ、玉ねぎ、わかめ、細ねぎ、醤油、鰹節、塩 甘夏柑	ビーフン、ビーマン 人参、玉ねぎ、天かす ビーフン ソース、中華味、ごま油	
10	火	人参スナック	ピースごはん つくねの照り焼き シャキシャキナムル 花麩の味噌汁 パイナップル	米、グリンピース、塩昆布 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、ひじき、蓮根、豆腐、醤油、砂糖、片栗粉 小松菜、パプリカ、もやし、醤油、ごま油、ごま 花麩、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、味噌、赤味噌、煮干し パイナップル	★ココア ラスク 食パン、マーガリン ココア、グラニュー糖	
11	水	バナナ	ロールパン ★コーンフレークチキン ポテトサラダ レタスコーンスープ キウイフルーツ	ロールパン 鶏肉、コーンフレーク、マヨドレ、塩、粉チーズ、パン粉 キヤベツ、じゃが芋、人参、ハム、マヨドレ レタス、コーン、玉ねぎ、醤油、中華味、鶏ガラ キウイフルーツ	さけ おにぎり 米、鮭フレーク、ごま	
12	木	野菜スナック	豚丼 パンサンスー 厚揚げの味噌汁 グレープフルーツ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、砂糖、みりん、鰹節、片栗粉 春雨、きゅうり、人参、かにかま、パプリカ、トマト、酢、醤油、砂糖、ごま油 長ねぎ、厚揚げ、えのき、豆苗、味噌、煮干し グレープフルーツ	ヨーグルト & クラッカー ヨーグルト、クラッカー	
13	金	干し芋	鶏ごぼううどん サクサクかぼちゃフライ ひじきサラダ バナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、ごぼう、人参、薄揚げ、細ねぎ、醤油、みりん、塩、鰹節 かぼちゃ、パン粉、小麦粉、塩、油 ひじき、大根、人参、きゅうり、焼豚、醤油、砂糖、マヨドレ バナナ	ホットケーキmix、りんご アップル スcone マーガリン、おから粉 牛乳、砂糖	
14	土	ハッピーターン	ゆかりごはん 肉野菜炒め 麩のすまし汁 オレンジ	米、ゆかり 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キヤベツ、味噌、みりん、ごま油 麩、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ	ポン菓子 うるち米、砂糖、醤油	
15	日					
16	月	薄焼きせんべい	麦ごはん 厚揚げと肉の含め煮 ★ごぼうサラダ しじみの味噌汁 りんご	米、押し麦 豚肉、厚揚げ、フレット、醤油、砂糖、鰹節、片栗粉 ごぼう、人参、きゅうり、豆苗、ツナ、マヨドレ、醤油、砂糖 しじみ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お好み焼き粉、にら にら 人参、もやし、チーズ お好み焼きソース、青のり	

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
17	火	ビスケット	誕生会	♪お楽しみメニュー	♪	
18	水	紅いもチップス	五目ごはん じゃこの卵焼き ほうれん草の機香和え なめこ汁 キウイフルーツ	米、鶏ミンチ、ごぼう、人参、糸こんにゃく、椎茸、醤油、砂糖、みりん、鰹節 卵、ちりめんじやこ、玉ねぎ、牛乳、醤油、中華味、油 ほうれん草、人参、キヤベツ、もみのり、醤油 なめこ、玉ねぎ、白菜、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ		小麦粉、団子の粉 ★ポンデ豆腐、チーズ、塩、油 ケージョ砂糖、牛乳
19	木	バナナ	ハヤシライス ジャーマンポテト さっぱり漬け りんご	米、牛肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、しめじ、ハヤシルウ じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、ペーパン、塩、コンソメ さппиуり、パプリカ、浅漬けの素 りんご		きな粉食パン、きな粉 サンドマーガリン、砂糖
20	金	ビスケット	ごはん 赤魚の甘酢あんかけ 練りごまサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 赤魚、玉ねぎ、ピーマン、酢、醤油、砂糖、片栗粉、油 さппии、きゅうり、人参、もやし、練りごま、ごま、マヨドレ、醤油 豆腐、玉ねぎ、えのき、わかめ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 オレンジ		ホットケーキmix パイン缶、砂糖、牛乳 ほうれん草、マーガリン
21	土	ビスコ	ツナ昆布おにぎり 豚汁 バナナ	米、ツナ、塩昆布、ごま 豚肉、玉ねぎ、大根、さつま芋、人参、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ		ラスク小麦粉、砂糖、バター
22	日					
23	月	えびせんべい	和風スパゲティー レバーのブルーン煮 キャベツのレモン和え りんご	スパゲティー、玉ねぎ、人参、しめじ、小松菜、ツナ、コンソメ、醤油、塩、油 レバー、ブルーン、醤油、砂糖、みりん キャベツ、人参、レモン、ハム、パセリ、マヨドレ、醤油、砂糖、ごま りんご		★リボン小麦粉、砂糖、ごま かりんとう牛乳、油
24	火	卵の花クッキー	食パン ポークピーンズ チーズサラダ ごまじやが煮 パイナップル	食パン 豚肉、大豆、人参、玉ねぎ、アスパラガス、ケチャップ、砂糖、コンソメ レタス、きゅうり、トマト、人参、コーン、チーズ、醤油、酢、砂糖 じやが芋、ごま、醤油、砂糖、鰹節 パイナップル		米、中華麺、ピーマン 人参、天かす、ソース そばめし中華味、ごま油
25	水	チーズ	ごはん ★ぎょろつけ納豆和え 根菜の味噌汁 キウイフルーツ	米 飛び魚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、小麦粉、パン粉、塩、ソース、油 納豆、キヤベツ、人参、もやし、豆苗、醤油、鰹節 大根、ごぼう、蓮根、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ		ホットケーキmix さつま芋さつま芋、ごま、牛乳 蒸しパン油、砂糖
26	木	ハッピー	弁当の日			フルーチェ、牛乳
27	金	せんべい	マーボー丼 あらめサラダ ほうれん草つるつるスープ バナナ	米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 あらめ、レタス、きゅうり、パプリカ、トマト、かにかま、醤油、砂糖、マヨドレ 春雨、長ねぎ、エリンギ、チンゲン菜、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ		食パン、ちりめんじやこ のりじやこもみのり、チーズ トーストマヨドレ
28	土	かりんとう	肉うどん キャベツサラダ オレンジ	うどん、豚肉、玉ねぎ、人参、わかめ、細ねぎ、醤油、みりん、砂糖、塩、鰹節 キャベツ、人参、コーン、ごま、酢、醤油、砂糖 オレンジ		おにぎり米、ふりかけわかめ
29	日					
30	月	干し芋	バターロールパン さけのムニエル いんげんのごまマヨ和え パンプキンポタージュ りんご	バターロールパン さけ、小麦粉、マーガリン、塩、じゃが芋、レタス さやいんげん、人参、トマト、ごま、醤油、マヨドレ かぼちゃ、玉ねぎ、コーン、パセリ、牛乳、シチュールウ りんご		グレープグレープジュース 寒天棒寒天、桃缶、砂糖
31	火		醤油ラーメン 春巻き 大豆スナック バナナ	中華麺、焼き豚、玉ねぎ、人参、もやし、細ねぎ、醤油、中華味、鶏ガラ、ごま油 春巻きの皮、ささみ、大葉、コーン、人参、チーズ、塩、油 白菜、豆苗、人参、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま バナナ		米、ひじき、人参、鰹節 薄揚げ、醤油、砂糖 みりん、ごま

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

令和4年4月28日