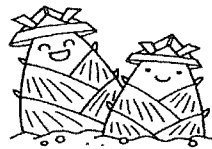




# 5月献立表



令和5年4月28日

## ★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	月	牛乳	ごはん 白身魚フライ スパゲティーサラダ 新玉ねぎの味噌汁 パイナップル	米 白身魚、パン粉、小麦粉、ソース、油 サラスパ、人参、きゅうり、スナップエンドウ、かにかま、マヨドレ 玉ねぎ、薄揚げ、豆腐、細ねぎ、味噌、鰹節 パイナップル	お茶 牛乳 セサミ スコーン	ホットケーキミックス マーガリン、粉チーズ ごま、砂糖、牛乳
2	火	牛乳	納豆丼 ★たけのこサラダ 中華スープ オレンジ	米、豚ミンチ、納豆、レタス、生姜、醤油、砂糖、みりん、ごま油 たけのこ、人参、きゅうり、パプリカ、トマト、ハム、醤油、砂糖、マヨドレ、鰹節 長ねぎ、わかめ、エリンギ、醤油、中華味、鶏ガラ オレンジ	お茶 牛乳 餃子の皮 ピザ	餃子の皮、玉ねぎ、人参 コーン、ピーマン、マヨドレ チーズ、ケチャップ
3	水		憲法記念日			
4	木		みどりの日			
5	金		こどもの日			
6	土	牛乳 ハッピー ターン	二色おにぎり 豚汁 バナナ	米、ゆかり、塩昆布、味付けのり、塩 豚肉、玉ねぎ、大根、さつま芋、人参、細ねぎ、味噌、鰹節 バナナ	お茶 せんべい	うるち米、醤油、砂糖
7	日					
8	月	牛乳 ごま ビスケット	ジャージャー麺 ★切干大根の甘酢和え 肉団子のケチャップ和え りんご	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 切干大根、人参、きゅうり、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま油 肉団子、玉ねぎ、チンゲン菜、ケチャップ りんご	お茶 牛乳 さけ おにぎり	米、鮭フレーク、ごま
9	火	牛乳 人参 スナック	ピースごはん つくねの味噌照り焼き ピーマンナムル うずまき麩のすまし汁 オレンジ	米、グリーンピース、塩 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、ひじき、蓮根、豆腐、醤油、砂糖、片栗粉、塩 ピーマン、パプリカ、醤油、塩昆布、ごま油、ごま うずまき麩、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、みりん、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 ★のりじゃこ トースト	食パン、ちりめんじゃこ チーズ、もみのり マヨドレ
10	水	牛乳 りんご	黒糖パン コーンフレークチキン さっぱりサラダ ミネストローネ キウイフルーツ	黒糖パン 鶏肉、コーンフレーク、マヨドレ、塩、粉チーズ、パン粉 きゅうり、人参、レタス、コーン、かにかま、青しそドレッシング 玉ねぎ、人参、キャベツ、トマト、パセリ、マカロニ、ケチャップ、コンソメ、砂糖 キウイフルーツ	お茶 牛乳 焼き ビーフン	食パン にら、ツナ、ごま油 中華味、ソース
11	木	牛乳 きな粉 ウエハース	ごはん さばの西京焼き 小松菜の煮びたし じゃがたま汁 甘夏柑	米 さば、味噌、マヨドレ、みりん、ごま 小松菜、人参、さつま揚げ、醤油、砂糖、鰹節 卵、玉ねぎ、じゃが芋、えのき、細ねぎ、醤油、中華味、鶏ガラ 甘夏柑	お茶 牛乳 いちご ミルク寒天	棒寒天、牛乳、苺 寒天ババ(苺)、砂糖
12	金	牛乳 ねじりん棒	けんちんうどん さくさくかき揚げ あらめサラダ バナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、ごぼう、人参、大根、細ねぎ、醤油、みりん、塩、鰹節 水煮大豆、かぼちゃ、玉ねぎ、青のり、天ぷら粉、塩、油 あらめ、人参、きゅうり、ツナ、トマト、醤油、砂糖、マヨドレ バナナ	お茶 牛乳 チーズ スティック	ホットケーキミックス、砂糖 マーガリン、粉チーズ 牛乳
13	土	牛乳 せんべい	ハヤシライス キャベツサラダ オレンジ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ キャベツ、人参、コーン、ごま、酢、醤油、砂糖 オレンジ	お茶 ジャム サンド	食パン、苺ジャム
14	日					
15	月	牛乳 クラッカー	梅昆布ごはん 肉じゃが ほうれん草のじゃこ和え 豆腐の味噌汁 りんご	米、五穀米、梅干し、塩昆布、大葉、 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、糸こんにゃく、絹さや、醤油、みりん、砂糖、鰹節 ほうれん草、もやし、コーン、パプリカ、ちりめんじゃこ、醤油、ごま、ごま油 豆腐、玉ねぎ、わかめ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 ★ポンデ ケージョ	小麦粉、団子の粉 豆腐、粉チーズ、油 砂糖、牛乳、塩
16	火	牛乳 赤いも チップス	ごはん チンジャオロース ★ごぼうサラダ 味噌スープ オレンジ	米 牛肉、玉ねぎ、ピーマン、たけのこ、人参、生姜、オイスターソース、醤油、ごま油 ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま 長ねぎ、厚揚げ、チンゲン菜、味噌、中華味、鶏ガラ オレンジ	お茶 牛乳 人参 蒸しパン	ホットケーキミックス 人参、砂糖、牛乳 チーズ、油

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
17	水	牛乳	誕生会		♪お楽しみメニュー	
18	木	牛乳 バナナ	カレーライス 高野豆腐の揚げ煮 福神漬け和え 甘夏柑	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ 高野豆腐、絹さや、片栗粉、醤油、砂糖、みりん、油 きゅうり、キャベツ、人参、福神漬け、酢、醤油、砂糖、ごま 甘夏柑	お茶 牛乳 くず餅	片栗粉、きな粉、塩 黒砂糖
19	金	牛乳 ビスケット	ごはん あじの香味焼き 練りごまサラダ なめこ汁 キウイフルーツ	米 あじ、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、ごま油 ささみ、チンゲン菜、人参、もやし、蓮根、練りごま、醤油、砂糖、マヨドレ なめこ、玉ねぎ、大根、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 カル鉄 クッキー	小麦粉、マーガリン ひじき、ちりめんじゃこ ごま、スキムミルク、砂糖
20	土	牛乳 薄焼き せんべい	焼き肉丼 にらスープ オレンジ	米、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、もやし、焼き肉のタレ、ごま にら、長ねぎ、エリンギ、醤油、中華味、ごま油 オレンジ	お茶 ラスク	小麦粉、砂糖、バター
21	日					
22	月	牛乳 チーズ	和風スパゲティ レバーのプルーン煮 キャベツのレモン和え バナナ	スパゲティ、玉ねぎ、人参、しめじ、小松菜、ツナ、コンソメ、醤油、塩、油 レバー、プルーン、醤油、砂糖、みりん キャベツ、人参、レモン、ベーコン、パセリ、酢、醤油、砂糖、ごま バナナ	お茶 牛乳 ★ココア おこし	コーンフレーク、ココア マーガリン、マシュマロ
23	火	牛乳 じゃが芋 せんべい	三色丼 春雨のマヨサラダ 小松菜と厚揚げの味噌汁 りんご	米、鶏ミンチ、卵、豆腐、醤油、砂糖、みりん、片栗粉 春雨、きゅうり、人参、トマト、コーン、かにかま、きくらげ、醤油、砂糖、マヨドレ 玉ねぎ、小松菜、えのき、厚揚げ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 ポテト チップス	じゃが芋、塩、青のり 油
24	水		弁当の日 (親子遠足)			
25	木	牛乳 卵の花 クッキー	ごはん ぎよろつけ ネバネバ和え 根菜の味噌汁 キウイフルーツ	米 とびうおのミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、小麦粉、パン粉、塩、ソース、油 納豆、めかぶ、キャベツ、人参、もやし、豆腐、醤油、鰹節 大根、ごぼう、蓮根、玉ねぎ、細ねぎ、味噌、鰹節 キウイフルーツ	お茶 牛乳 グレープ ゼリー	ぶどうジュース 棒寒天、桃缶、砂糖
26	金	牛乳 海藻 せんべい	食パン タンダーリーチキン チーズサラダ コンソメスープ パイナップル	食パン 鶏肉、ケチャップ、にんにく、塩、カレー粉、ヨーグルト キャベツ、きゅうり、トマト、人参、コーン、チーズ、醤油、酢、砂糖 玉ねぎ、セロリ、ウインナー、じゃが芋、チンゲン菜、醤油、コンソメ パイナップル	お茶 牛乳 そばめし	米、中華麺、ピーマン 玉ねぎ、人参、天かす 中華味、ごま油、ソース
27	土	牛乳 ハッピー ターン	わかめごはん 肉野菜炒め 中華スープ オレンジ	米、ふりかけわかめ 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、味噌、みりん、ごま油 豆腐、長ねぎ、しめじ、にら、醤油、中華味 オレンジ	お茶 ポン菓子	うるち米、水飴、醤油
29	日					
29	月	牛乳	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	ロールパン さけ、小麦粉、マーガリン、塩、油 さやいんげん、人参、コーン、トマト、ごま、醤油、マヨドレ かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ、クルトン、牛乳、シチュールウ りんご	お茶 牛乳 おかか昆布 おにぎり	米、鰹節、塩昆布 醤油、みりん
30	火	牛乳 大豆 スナック	味噌ラーメン ★春巻き 白菜サラダ 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、チーズ、マヨドレ、塩、油 白菜、豆腐、人参、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま バナナ	お茶 牛乳 ヨーグルト ケーキ	ホットケーキミックス、砂糖 ヨーグルト、マーガリン 牛乳、ブルーベリージャム
31	水	牛乳 胚芽 スティック	麦ごはん チキン南蛮 マカロニサラダ はんぺんのすまし汁 オレンジ	米、押し麦 鶏肉、卵、天ぷら粉、マヨドレ、酢、醤油、砂糖、油 マカロニ、きゅうり、人参、かにかま、マヨドレ 玉ねぎ、はんぺん、三つ葉、わかめ、醤油、塩、みりん、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 ★にら チヂミ	小麦粉、にら、人参 桜エビ、ごま油、ポン酢

※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。  
 ※牛乳 3歳未満児/午前・午後 3歳以上児/午前のみ

