



5月献立表



令和6年4月30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	水	牛乳 ごま スティック	ごはん 赤魚の甘酢あんかけ ねりごまサラダ 花麩のすまし汁 バナナ	米 赤魚、玉ねぎ、人参、ピーマン、片栗粉、酢、醤油、砂糖、油 ささみ、きゅうり、人参、ごぼう、練りごま、ごま、マヨドレ、醤油 花麩、玉ねぎ、えのき、ほうれん草、醤油、塩、鰹節 バナナ	お茶 牛乳 ★マシュマロ	牛乳 コーンフレーク
2	木	牛乳 薄焼き せんべい	ハヤシライス クリトンサラダ 焼ポテト 清見オレンジ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、しめじ、ハヤシルウ レタス、きゅうり、人参、コーン、トマト、クリトン、マヨドレ じゃが芋、パセリ、ガーリックパウダー、塩 清見オレンジ	お茶 牛乳 きな粉 サンド	おこし マーガリン、マシュマロ 食パン、きな粉 マーガリン、砂糖
3	金		憲法記念日			
4	土		みどりの日			
5	日		こどもの日			
6	月		振替休日			
7	火	牛乳 りんご	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、キャベツ、さきいか、酢、醤油、砂糖、ごま 肉団子、ケチャップ、スナップエンドウ、塩 バナナ	お茶 牛乳 お好み 焼き	お好み焼き粉、キャベツ 人参、天かす、青のり ソース、鰹節
8	水	牛乳 チーズ	ごはん あじの香味焼き きんぴらピーマン アスピラの味噌汁 りんご	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 アスピラガス、玉ねぎ、えのき、薄揚げ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 バナナ プラウニー	ホットケーキミックス マーガリン、ココア、砂糖 牛乳、バナナ
9	木	牛乳 ハッピーターン	豚玉丼 パンサンスー 厚揚げの味噌汁 サンフルーツ	米、卵、豚肉、人参、白菜、玉ねぎ、細ねぎ、醤油、砂糖、片栗粉、鰹節 春雨、きゅうり、かにかま、人参、酢、醤油、砂糖、ごま油 長ねぎ、厚揚げ、えのき、豆苗、味噌、煮干し サンフルーツ	お茶 牛乳 ★野菜 クラッカー	小麦粉、粉チーズ 人参、塩、油
10	金	牛乳 野菜 クラッカー	麦ごはん はんぺんのチーズフライ ツナ和え わかめのすまし汁 キウイフルーツ	米、麦 はんぺん、チーズ、小麦粉、パン粉、油、ソース キャベツ、人参、アスピラガス、コーン、ツナ、マヨドレ わかめ、玉ねぎ、えのき、人参、鰹節、醤油、塩 キウイフルーツ	お茶 牛乳 チヂミ	小麦粉、ニラ、人参 桜えび、チーズ、ポン酢 中華味、ごま油
11	土	牛乳 人参 チップス	チャーハン 春雨スープ オレンジ	米、玉ねぎ、人参、ピーマン、焼き豚、醤油、中華味 玉ねぎ、春雨、えのき、細ねぎ、ごま、中華味、醤油、ごま油 オレンジ	お茶 ラスク	
12	日					
13	月	牛乳 うの花 クッキー	レーズンパン ★鶏肉のマーマレード焼き ごママヨサラダ コロコロスープ バナナ	レーズンパン 鶏肉、マーマレード、醤油、みりん キャベツ、人参、パプリカ、マヨドレ、ごま アスピラガス、玉ねぎ、じゃが芋、人参、コンソメ、醤油 バナナ	お茶 牛乳 おにぎり	米、ちりめんじゃこ チーズ、醤油、みりん 青のり、ごま
14	火	牛乳 バナナ	ごはん つくねの照り焼き シャキシャキナムル 赤だし サンフルーツ	ごはん 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 玉ねぎ、わかめ、薄揚げ、細ねぎ、赤みそ、煮干し サンフルーツ	お茶 牛乳 ババロア	寒天パバ(パニラ) みかん缶、牛乳 オレンジソース
15	水	牛乳 ビスコ	誕生会	♪お楽しみメニュー	♪	
16	木	牛乳 きな粉 ウエハース	カレーうどん サクサクかぼちゃフライ ひじきサラダ 清見オレンジ	うどん、豚肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、カレールウ、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 清見オレンジ	お茶 牛乳 おから スコーン	ホットケーキミックス おから粉、レーズン マーガリン、牛乳、砂糖
17	金	牛乳	ごはん さばの味噌煮 磯香和え わかたけ汁 キウイフルーツ	米 さば、味噌、みりん、砂糖、生姜 小松菜、人参、もやし、醤油、もみのり たけのこ、玉ねぎ、わかめ、人参、細ねぎ、醤油、鰹節、塩 キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★ココア ラスク	食パン、ココア、砂糖 マーガリン

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名
18	土	牛乳 せんべい	ゆかりごはん 肉野菜炒め 玉ねぎのすまし汁 バナナ	米、ゆかりふりかけ 豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、味噌、みりん、ごま油 麩、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 バナナ	お茶
					ポン菓子
19	日				
20	月	牛乳 ごま ステイック	ごはん 豚のしょうが焼き 納豆和え 絹さやの味噌汁 サンフルーツ	米 豚肉、ピーマン、玉ねぎ、もやし、生姜、醤油、みりん 納豆、キャベツ、小松菜、人参、醤油、鰹節 絹さや、じやが芋、玉ねぎ、薄揚げ、味噌、煮干し サンフルーツ	お茶 牛乳
					小麦粉、団子の粉 ★ポンデ ケージョ
21	火	牛乳 ブラン クッキー	人参ピラフ ヤンニヨムチキン チーズサラダ オニオングループ キウイフルーツ	米、人参、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン、醤油、コンソメ、マーガリン 鶏肉、みりん、醤油、砂糖、ごま油、片栗粉、ごま、ケチャップ、にんにく キャベツ、トマト、きゅうり、チーズ、青じそドレッシング 玉ねぎ、しめじ、コーン、アスパラガス、ベーコン、醤油、中華味 キウイフルーツ	お茶 牛乳
					フルーツ ヨーグルト、バナナ ヨーグルト 桃缶、みかん缶
22	水	牛乳 人参 チップス	ごはん ★ししゃもの磯辺揚げ 小松菜のお浸し 豚汁 清見オレンジ	米 ししゃも、青のり、天ぷら粉、油 小松菜、人参、もやし、醤油、砂糖、鰹節 豚肉、大根、玉ねぎ、ごぼう、さつま芋、細ねぎ、味噌、煮干し 清見オレンジ	お茶 牛乳
					ホットケーキミックス 白玉粉、砂糖、みりん こしあん、油
23	木	牛乳 チーズ	ごはん 和風ハンバーグ ポテトサラダ 大根の味噌汁 バナナ	米 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、えのき、椎茸、パン粉、塩、醤油、みりん、鰹節、片栗粉 じゃが芋、レタス、きゅうり、かにかま、マヨドレ 大根、玉ねぎ、人参、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ	お茶 牛乳
					さつま芋 さつま芋、砂糖、片栗粉 おやき マーガリン、ごま
24	金	牛乳 ねじりん棒	ロールパン オムレツ 元気サラダ レタススープ りんご	ロールパン 卵、ツナ、玉ねぎ、人参、ほうれん草、牛乳、ケチャップ、粉チーズ、塩、油 キャベツ、きゅうり、人参、トマト、醤油、酢、砂糖、鰹節 レタス、コーン、玉ねぎ、じやが芋、コンソメ、醤油 りんご	お茶 牛乳
					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	土	牛乳 ハッピーターン	おにぎり キャベツのマヨ和え 具だくさん味噌汁 オレンジ	米、鮭フレーク、ごま キャベツ、人参、コーン、ツナ、マヨドレ 玉ねぎ、白菜、わかめ、しめじ、味噌、煮干し オレンジ	お茶 ジャム サンド
					食パン、いちごジャム
26	日				
27	月	牛乳 バナナ	クリームスパゲティー ボイルワインナー トマトの甘酢和え キウイフルーツ	スパゲティー、鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、アスパラガス、シチュールウ、牛乳、油 ワインナー トマト、キャベツ、レタス、コーン、人参、酢、醤油、砂糖 キウイフルーツ	お茶 牛乳
					ツナ昆布 米、ツナ、塩昆布 おにぎり ごま
28	火		弁当の日 (親子遠足)		お茶 牛乳
					ピスコ
29	水	牛乳 じやが芋 チップス	中華風おこわ ささみのマリネ ひじき煮 長ねぎスープ オレンジ	米、もち米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、蓮根、干椎茸、醤油、中華味、ごま油 ささみ、玉ねぎ、きゅうり、パプリカ、小麦粉、酢、醤油、砂糖、油 ひじき、にんじん、薄揚げ、さやいんげん、醤油、砂糖、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
					★ごま せんべい 小麦粉、ごま、砂糖 塩、油
30	木	牛乳 ひじき あられ	ごはん さわらの竜田揚げ 春雨のマヨ和え かぼちゃの味噌汁 キウイフルーツ	米 さわら、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油 春雨、きゅうり、レタス、コーン、人参、かにかま、マヨドレ かぼちゃ、玉ねぎ、細ねぎ、薄揚げ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳
					ミルクトースト 食パン、マーガリン 牛乳、砂糖
31	金	牛乳	わかめごはん 豚肉の炒め煮 ★ごぼうサラダ 豆腐のすまし汁 りんご	米、わかめふりかけ 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、にんにく、味噌、みりん、ごま油 ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、マヨドレ、醤油、砂糖、ごま 豆腐、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 りんご	お茶 牛乳
					マーブル小麦粉、バター、牛乳 クッキー ココア、砂糖

※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