5月献立表

★カミカミメニュー　✿松江の味めぐりメニュー

令和7年4月30日

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	木	牛乳	たけのこごはん	米、たけのこ、人参、薄揚げ、ごぼう、醤油、みりん、砂糖、鰹節	お茶	
			★焼きししゃも	ししゃも、塩	牛乳	
			小松菜のお浸し	小松菜、もやし、人参、きゅうり、醤油、砂糖、鰹節		じゃが芋、チーズ、塩
		ハッピーターン	花麩のすまし汁	花麩、玉ねぎ、えのき、三つ葉、醤油、塩、鰹節	じゃが芋	片栗粉、小麦粉、パン粉
			パイナップル	パイナップル	ボール	パセリ、油
2	金	牛乳	ごはん	米	お茶	
			ハンバーグ	豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、スナップエンドウ、パン粉、塩、中濃ソース、ケチャップ	牛乳	
			アスパラのサラダ	アスパラガス、キャベツ、人参、コーン、青じそドレッシング		ホットケーキミックス
		ごまスティック	新玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ、薄揚げ、わかめ、細ねぎ、味噌、煮干し	ココア	ココア、干しぶどう
			りんご	りんご	ケーキ	牛乳、砂糖、マーガリン
3	土		憲法記念日			
4	日		みどりの日			
5	月		こどもの日			
6	火		振替休日			
7	水	牛乳	ハヤシライス	米、豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、しめじ、ハヤシルウ	お茶	
			のり塩ポテト	じゃが芋、青のり、塩、油	牛乳	
		薄焼きせんべい	クルトンサラダ	レタス、きゅうり、人参、トマト、クルトン、シーザードレッシング	ジャム	食パン
			甘夏柑	甘夏柑	サンド	ブルーベリージャム
8	木	牛乳	バターロールパン	バターロールパン	お茶	
			マカロニグラタン	マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、シチュールウ、牛乳、チーズ、パセリ	牛乳	
			★蓮根のさっぱり和え	蓮根、きゅうり、人参、ツナ、醤油、酢、砂糖		
		人参せんべい	コンソメスープ	キャベツ、玉ねぎ、アスパラガス、コンソメ、醤油	ひじき	米、ひじき、油揚げ
			りんご	りんご	おにぎり	人参、醤油、みりん、鰹節
9	金	牛乳	ごはん	米	お茶	
			あじの香味フライ	あじ、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、みりん、パン粉、小麦粉、油	牛乳	
			きんぴらごぼう	ごぼう、人参、ピーマン、醤油、みりん、砂糖、ごま油、ごま		ホットケーキミックス
		豆乳クッキー	絹さやの味噌汁	絹さや、薄揚げ、玉ねぎ、えのき、味噌、煮干し	★ポンデケージョ	団子の粉、豆腐、砂糖
			キウイフルーツ	キウイフルーツ		粉チーズ、油、塩、牛乳
10	土	牛乳	さけわかめおにぎり	米、さけフレーク、ふりかけわかめ	お茶	
			具だくさん味噌汁	キャベツ、玉ねぎ、じゃが芋、しめじ、細ねぎ、鰹節、味噌	ジャムサンド	
		せんべい	オレンジ	オレンジ	クラッカー	クラッカー、苺ジャム
11	日					
12	月	牛乳	春野菜のナポリタン	スパゲティー、鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、アスパラガス、ケチャップ、コンソメ、粉チーズ	お茶	
			さつま芋のマーマレード煮	さつま芋、マーマレードジャム、醤油、砂糖	牛乳	米、豚ミンチ、人参
		大豆スナック	小松菜のごま和え	小松菜、人参、もやし、ごま、醤油、砂糖	ビビンバ風	ほうれん草、中華味
			りんご	りんご	おにぎり	醤油、ごま油
13	火	牛乳・ビスコ	誕生会	♪お楽しみメニュー	♪	
14	水	牛乳	麦ごはん	米、押し麦	お茶	
			★さばのチリソースがけ	さば、長ねぎ、サラダ菜、ケチャップ、中華味、砂糖、片栗粉、油	牛乳	
			キャベツのツナ和え	キャベツ、人参、小松菜、ツナ、マヨドレ		ヨーグルト、みかん缶
		かぼちゃボーロ	わかめのすまし汁	わかめ、豆腐、玉ねぎ、細ねぎ、醤油、塩、鰹節	フルーツ	桃缶、バナナ
			パイナップル	パイナップル	ヨーグルト	ウエハース
15	木	牛乳	豚丼	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、砂糖、片栗粉、鰹節	お茶	
			バンサンスー	春雨、きゅうり、かにかま、人参、酢、醤油、砂糖、ごま油	牛乳	ホットケーキミックス
			厚揚げの味噌スープ	厚揚げ、玉ねぎ、えのき、豆苗、味噌、中華味、鶏ガラ	アップル	りんご、牛乳、砂糖
		ねじり棒	バナナ	バナナ	スコーン	マーガリン
16	金	牛乳	ロールパン	ロールパン	お茶	
			コーンフレークチキン	鶏肉、コーンフレーク、マヨドレ、塩、粉チーズ、パン粉、小麦粉	牛乳	
			チーズサラダ	キャベツ、人参、きゅうり、パプリカ、チーズ、酢、醤油、砂糖		
		畑のクラッカー	春野菜のシチュー	じゃが芋、人参、アスパラガス、玉ねぎ、シチュールウ、牛乳、パセリ		米、もち米、味噌
			キウイフルーツ	キウイフルーツ	★五平餅	みりん、砂糖、ごま
17	土	牛乳	鶏ごぼうおにぎり	米、鶏肉、ごぼう、人参、醤油、砂糖、みりん、鰹節	お茶	
		ハッピーターン	さつま芋の味噌汁	さつま芋、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節		
			バナナ	バナナ	ポン菓子	
18	日					

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
19	月	牛乳	ゆかりごはん	米、ゆかり	お茶	
			じゃこの卵焼き	卵、ちりめんじゃこ、玉ねぎ、人参、中華味、醤油、牛乳、油	牛乳	
			小松菜の磯香和え	小松菜、もやし、人参、ささみ、もみのり、醤油、ごま油		ホットケーキミックス
		ごまスティック	✿しじみの味噌汁	しじみ、細ねぎ、煮干し、味噌	野菜ドーナツ	人参、ほうれん草
			パイナップル	パイナップル		砂糖、牛乳、油
20	火	牛乳	そぼろ丼	米、鶏ミンチ、小松菜、もみのり、醤油、砂糖、ごま油	お茶	
			サクサクかぼちゃフライ	かぼちゃ、パン粉、小麦粉、塩、油	牛乳	
			切干大根のごま酢和え	切干大根、人参、キャベツ、きゅうり、ツナ、醤油、酢、砂糖、ごま		
			つるつるスープ	春雨、玉ねぎ、豆苗、エリンギ、醤油、中華味、ごま油		豆乳、片栗粉、砂糖
		チーズ	オレンジ	オレンジ	豆乳餅	きな粉、塩
21	水	牛乳	ごはん	米	お茶	
			赤魚のねぎ味噌チーズ焼き	赤魚、チーズ、細ねぎ、味噌、みりん、砂糖	牛乳	
			3色酢の物	大根、きゅうり、人参、かにかま、酢、醤油、砂糖		
		ミレービスケット	豆腐のすまし汁	豆腐、玉ねぎ、豆苗、えのき、醤油、塩、鰹節	★きな粉ラスク	食パン、きな粉、砂糖
			キウイフルーツ	キウイフルーツ		マーガリン
22	木	牛乳	ジャージャー麺	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、中華味、赤味噌、ごま油、片栗粉	お茶	
			★揚げ餃子	餃子、油	牛乳	
		畑のスナック	シャキシャキナムル	小松菜、パプリカ、人参、もやし、ごま、醤油、ごま油	わかめ	米、わかめ、中華味
			バナナ	バナナ	おにぎり	醤油、ごま、ごま油
23	金	牛乳	ごはん	米	お茶	
			照り焼きチキン	鶏肉、醤油、みりん	牛乳	
			ごぼうサラダ	ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、醤油、砂糖、マヨドレ、ごま		
		きな粉ウエハース	にら玉スープ	卵、にら、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、中華味、醤油、鶏ガラ	✿あらめのかき揚げ	あらめ、人参、玉ねぎ
			りんご	りんご		天ぷら粉、塩、油
24	土	牛乳	中華丼	米、豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、中華味、醤油、ごま油、片栗粉	お茶	
		薄焼きせんべい	麩の味噌汁	麩、玉ねぎ、細ねぎ、味噌、鰹節		
			オレンジ	オレンジ	フルーチェ	フルーチェ、牛乳
25	日					
26	月	牛乳	ロールパン	ロールパン	お茶	
			★チキンカツ	鶏肉、パン粉、小麦粉、塩、中濃ソース、油	牛乳	
			まめまめサラダ	さやいんげん、スナップエンドウ、人参、トマト、ごま、醤油、マヨドレ		中華麺、米、玉ねぎ、にら
		どうぶつビスケット	コロコロスープ	じゃが芋、玉ねぎ、人参、コーン、コンソメ、塩		人参、お好みソース
			キウイフルーツ	キウイフルーツ	そばめし	中華味、ごま油、天かす
27	火	牛乳	牛丼	米、牛肉、人参、白菜、玉ねぎ、糸こんにゃく、醤油、砂糖、みりん、鰹節	お茶	
			ポテトサラダ	じゃが芋、レタス、人参、コーン、マヨドレ、塩	牛乳	
		ハッピーターン	わかめスープ	わかめ、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、中華味、醤油、ごま油、鶏ガラ	★ごませんべい	小麦粉、ごま、砂糖
			パイナップル	パイナップル		塩、油
28	水	牛乳	カレーうどん	うどん、豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、小松菜、カレールウ、鰹節	お茶	
			高野豆腐煮	高野豆腐、醤油、砂糖、みりん、鰹節	牛乳	
		薄焼きせんべい	キャベツの甘酢和え	キャベツ、人参、きゅうり、かにかま、酢、醤油、砂糖、ごま	梅昆布おにぎり	米、梅干し、塩昆布
			バナナ	バナナ		醤油
29	木		弁当の日（親子遠足）		お茶 牛乳 ビスコ	
30	金	牛乳	ごはん	米	お茶	
			さけのマヨチーズ焼き	さけ、チーズ、青のり、マヨドレ、塩	牛乳	
			納豆和え	キャベツ、人参、きゅうり、もやし、納豆、ささみ、もみのり、醤油		さつま芋、片栗粉
		ごまステック	じゃが芋の味噌汁	じゃが芋、玉ねぎ、絹さや、味噌、煮干し	さつま芋おやき	砂糖、マーガリン
			オレンジ	オレンジ		醤油、みりん、ごま
31	土	牛乳	チャーハン	米、焼き豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、中華味、醤油、ごま油	お茶	
			味噌スープ	玉ねぎ、厚揚げ、豆苗、味噌、中華味		
		せんべい	バナナ	バナナ	せんべい	せんべい

★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