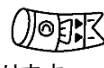




令和4年度 5月給食献立



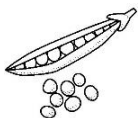
若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士：奥村

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
2 月		お弁当			おこめパフ(ココア) きなこ餅 お茶
6 金	虹いろ ごはん	赤こんにやくの筑前煮 キャベツの塩こぶ和え	麩の味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 赤こんにやく 人参 干し椎茸 ごぼう いんげん キャベツ 塩昆布 すりごま 玉葱 おつゆ麩 油揚げ わかめ 味噌	※ふかし芋(じゃが芋) 豆乳
7 土		ハヤシライス サラダ		米 牛肉 人参 玉葱 ホールトマト 水煮マッシュルーム グリーンピース ハヤシルウ キャベツ コーン 青じそドレッシング	
9 月	カレー ピラフ	こいのぼりハンバーグ 吹き流し風ソテー	オニオン スープ	米 鶏むね肉 人参 玉葱 コーン カレー粉 パン粉 卵 牛ミンチ 豚ミンチ うずら卵 ケチャップ いんげん 黄パプリカ 赤パプリカ バター えのき茸 パセリ	柏もち 白い風船 お茶
10 火	虹いろ ごはん	鯖の生姜煮 アスパラのごま味噌和え	すまし汁	米 虹色米 鯖 土生姜 アスパラガス もやし 人参 すりごま 味噌 手まり麩 大根 玉葱 三つ葉	※おにぎり(おかか) お茶
11 水	虹いろ ごはん	ちくわのゆかり揚げ じゃが芋のきんぴら	ほうれん草の 味噌汁	米 虹色米 ちくわ ゆかり 天ぷら粉 じゃが芋 人参 絹さや こんにやく ほうれん草 玉葱 油揚げ 味噌	※豆乳クリームトースト 豆乳
12 木	虹いろ ごはん	野菜炒め	さつま芋の 味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 人参 キャベツ ピーマン オイスターソース さつま芋 わかめ 味噌	あげまる コアヨーグルト
13 金	豆ごはん	カレイの照り焼き れんこんの梅マヨ和え	きのこの 味噌汁	米 うすいえんどう カレイ 土生姜 れんこん 胡瓜 コーン 梅肉 マヨネーズ しめじ ブナピー 人参 玉葱 青葱 味噌	ほしのおせんべい するめ 豆乳
14 土		具だくさん牛丼	味噌汁	米 牛肉 人参 玉葱 椎茸 えのき茸 青葱 小松菜 油揚げ 味噌	
16 月	虹いろ ごはん	三色卵焼き 切干し大根煮	小松菜の 味噌汁	米 虹色米 卵 豚ミンチ 人参 玉葱 三つ葉 油揚げ 切干し大根 干し椎茸 小松菜 えのき茸 味噌	※えんどう蒸しパン 豆乳
17 火		お弁当パンザイ			豆もち ミニカステラ 豆乳
18 水	虹いろ ごはん	ししゃもの磯辺揚げ チンゲン菜ソテー	豆乳味噌汁	米 虹色米 ししゃも 青のり 天ぷら粉 チンゲン菜 人参 しめじ コーン じゃが芋 アスパラガス 玉葱 豆乳 味噌	ウエハース くだものゼリー お茶
19 木	虹いろ ごはん	鶏肉のオレンジ焼き ごぼうサラダ	ほうれん草 スープ	米 虹色米 鶏もも肉 土生姜 マーマレード ごぼう 胡瓜 人参 ツナ クリーミーごまドレッシング すりごま ほうれん草 ベーコン 玉葱	ねじねじあられ カミカミ昆布 豆乳
20 金	ゆかり ごはん	お魚ピザ 和風サラダ	豆腐の味噌汁	米 ゆかり アジ 玉葱 チーズ ケチャップ キャベツ 人参 もやし わかめ 絹豆腐 油揚げ 青葱 味噌	※野菜スティック (人参・スナップエンドウ・ごぼう) お茶
21 土		お弁当			
23 月	虹いろ ごはん	そら豆のかき揚げ もやしのゆかり和え	白菜の味噌汁	米 虹色米 そら豆 玉葱 人参 さつま芋 ちくわ 天ぷら粉 もやし ゆかり 白菜 味噌	※フルーツヨーグルト お茶
24 火	虹いろ ごはん	鮭の西京焼き ほうれん草の納豆和え	すまし汁	米 虹色米 鮭 白味噌 ほうれん草 人参 油揚げ 納豆 花かつお 絹豆腐 玉葱 しめじ 青葱	※ホットケーキ りんごジュース
25 水	ふりかけ ごはん	クリームシチュー フレンチサラダ		米 かつおふりかけ 鶏もも肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース 牛乳 ホワイトシチュールウ 胡瓜 キャベツ コーン	さつまいもせんべい 黒糖まるぼうろ 豆乳
26 木	虹いろ ごはん	タラのごまマヨ焼き ひじきの炒り煮	チンゲン菜の 味噌汁	米 虹色米 タラ すりごま マヨネーズ ひじき 人参 干し椎茸 水煮大豆 チンゲン菜 玉葱 油揚げ 味噌	カルシウムせんべい 豆乳
27 金	虹いろ ごはん	牛肉の甘辛煮 いんげんのツナ和え	なめこの 味噌汁	米 虹色米 牛肉 人参 玉葱 こんにやく 土生姜 いんげん ツナ なめこ わかめ 味噌	おやつバイキング 豆乳
28 土		炊き込みごはん	味噌汁	米 鶏むね肉 人参 しめじ ごぼう キャベツ 玉葱 絹豆腐 味噌	
30 月	虹いろ ごはん	シーフードオムレツ ブロッコリーソテー 味付けのり	大根の味噌汁	米 虹色米 卵 ハム かにフレーク ツナ 玉葱 人参 青葱 ブロッコリー 黄パプリカ ウインナー 油揚げ 大根 味付けのり わかめ 味噌	※そら豆 ※揚げ野菜せんべい 豆乳
31 火	菜めし	コロッケ 小松菜サラダ	南瓜の味噌汁	米 菜めしの素 お肉屋さんのコロッケ 小松菜 人参 ウスターソース コーン もやし ベーコン 南瓜 玉葱 青じそドレッシング 青葱 味噌	ケーキ 豆乳

※は、手作りおやつです。



24日(火)のおやつは、
「3じのおちゃんにきてください」の
絵本に関連したえほん給食です。

