



令和6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：五嶋

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 水	虹いろごはん	赤魚の煮付け 切干し大根の梅和え	さつまいもの味噌汁	米 虹色米 赤魚 土生姜 切干し大根 ひじき 胡瓜 人参 梅肉 青じそドレッシング さつまいも 玉葱 わかめ 味噌	※おにぎり(おかか) お茶
2 木	わかめごはん	豚肉の味噌炒め 白菜の塩こぶ和え	すまし汁	米 炊き込みわかめ 豚肉 玉葱 味噌 白菜 人参 塩昆布 花麩 えのき茸 三つ葉 すりごま	※いちごムース 豆乳
7 火	ピラフ	こいのぼりハンバーグ 吹き流し風パプリカソテー	オニオンスープ	米 玉葱 ウィンナー 水煮マッシュルーム うずら卵 卵牛ミンチ 豚ミンチ 人参 ケチャップ パン粉 パセリ 黄パプリカ 赤パプリカ いんげん カレー粉 えのき茸	柏餅 米粉のロールクッキー お茶
8 水	虹いろごはん	鯖の西京焼き 小松菜のツナマヨ和え	すまし汁	米 虹色米 鯖 白味噌 小松菜 ほうれん草 ツナ マヨネーズ 人参 しめじ 玉葱 三つ葉	おやつバイキング 豆乳
9 木	虹いろごはん	牛肉の香味炒め 添え野菜(スナップエンドウ)	なめこの味噌汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 キャベツ 土生姜 スナップエンドウ なめこ 青葱 味噌	※りんごゼリー お茶
10 金	麦ごはん	鯖の竜田揚げ 粉ふき芋	レタススープ	米 押し麦 鯖 土生姜 じゃが芋 青のり レタス 人参 玉葱 ベーコン	※えんどう蒸しパン 豆乳
11 土	お弁当				
13 月	虹いろごはん	ツナ入り卵焼き れんこんのきんぴら	ほうれん草の味噌汁	米 虹色米 卵 ツナ 玉葱 青葱 れんこん 人参 いりごま ほうれん草 もやし 味噌	花花せんべい するめ 豆乳
14 火	お弁当バンザイ				
15 水	豆ごはん	カレイの味噌マヨネーズ焼き 甘酢キャベツ	すまし汁	米 うすいえんどう カレイ 卵なしマヨネーズ 人参 キャベツ 手まり麩 えのき茸 玉葱 わかめ 味噌	ごまだれかりんどう 野菜入りソフトせん 豆乳
16 木	虹いろごはん	鶏肉のマーマレード焼き ひじきの炒り煮	じゃが芋の味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 土生姜 マーマレード 人参 ひじき 油揚げ 干し椎茸 こんにゃく じゃが芋 玉葱 青葱 味噌	※ちんすこう 豆乳
17 金	虹いろごはん	ちくわの磯辺揚げ いんげんサラダ	南瓜の味噌汁	米 虹色米 ちくわ 天ぷら粉 青のり いんげん 人参 もやし ツナ 和風ごまドレッシング 南瓜 玉葱 油揚げ わかめ 味噌	※そら豆 きなこおかし お茶
18 土	豆腐丼				
20 月	虹いろごはん	鶏肉のから揚げ キャベツのゆかり和え	もやしの味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 土生姜 キャベツ 人参 ゆかり もやし 玉葱 わかめ 味噌	動物ヨーチ おやつ昆布 豆乳
21 火	虹いろごはん	鯖の味噌チーズ焼き れんこんサラダ	すまし汁	米 虹色米 鯖 味噌 粉チーズ 卵なしマヨネーズ れんこん 胡瓜 人参 絹豆腐 玉葱 しめじ 青葱	カリポテミニ 豆乳
22 水	虹いろごはん	牛肉かぼちゃ 切干し大根煮	えのきの味噌汁	米 虹色米 牛肉 南瓜 玉葱 いんげん 切干し大根 油揚げ 人参 干し椎茸 えのき茸 わかめ 味噌	おこめパフ まるごと小魚 豆乳
23 木	ゆかりごはん	鮭の塩こうじ焼き ほうれん草のごま和え	大根の味噌汁	米 ゆかり 鮭 塩こうじ ほうれん草 もやし 人参 すりごま 大根 油揚げ 青葱 味噌	※野菜スティック (スナップエンドウ・人参・大根) お茶
24 金	ごはん	マーボー豆腐 味付けのり 春雨サラダ		米 味付けのり 絹豆腐 白葱 豚ミンチ 玉葱 人参 赤味噌 春雨 ハム キャベツ	※ホットケーキ りんごジュース
25 土	炊き込みご飯				
27 月	菜めし	親子焼き 小松菜ソテー	コンソメスープ	米 菜めしの素 卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 三つ葉 小松菜 ツナ えのき茸 コーン パセリ	※フライビーンズ お茶
28 火	虹いろごはん	鯖の塩焼き 大根のさっぱり和え	しめじの味噌汁	米 虹色米 鯖 大根 胡瓜 人参 ポン酢 しめじ 玉葱 わかめ 味噌	おとうふ屋さんのビスケット ミニも花子 豆乳
29 水	ごはん	ビーフカレー コールスローサラダ		米 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ グリンピース キャベツ コーン マヨネーズ	星たべよ 豆乳クッキー 豆乳
30 木	虹いろごはん	チャブチェ	チンゲン菜のスープ	米 虹色米 豚肉 春雨 人参 玉葱 ピーマン 土生姜 水煮たけのこ 干し椎茸 チンゲン菜 ベーコン	※ふかし芋(じゃが芋) お茶
31 金	虹いろごはん	魚のチリソース ブロッコリーのピーナッツ和え	豆乳味噌汁	米 虹色米 タラ 青葱 土生姜 ケチャップ 人参 ブロッコリー 粉末ピーナッツ さつまいも 玉葱 わかめ 豆乳 味噌	ケーキ 豆乳

※は、手作りおやつです。

24日(金)のおやつは、「3じのおちやにきてください」の絵本に関連したえほん給食です。
どんな風におやつが登場するかは当日のお楽しみに♪

※子ども達には、えほん給食があることを
秘密にしておいてください。

