



# 5 月 献 立 表



平成30年5月発行  
こくふ子ども園

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
	<b>ロールパン</b> <b>あんかけ焼きそば</b> (中華麺、豚肉、人参、ピーマン、キャベツ、玉葱、ごま油、塩、こしょう、醤油、片栗粉) <b>かき卵汁</b> (玉葱、人参、じゃが芋、卵、葱、醤油、いりこ、塩) <b>果物</b> <b>塩っぺおにぎり</b> (米、塩っぺ) <b>チーズ</b>	<b>ごはん</b> <b>エビフライ</b> (エビ、天ぷら粉、パン粉、塩、こしょう、油) <b>マゼドニアンサラダ</b> (じゃが芋、きゅうり、チーズ、マヨネーズ、こしょう、ウインナー、人参、塩) <b>ふきながしスープ</b> (豚肉、キャベツ、人参、春雨、塩、コンソメ、醤油) <b>かしわ餅</b> (柏の葉、上新粉、白玉粉、あんこ) <b>牛乳</b>	<b>憲法記念日</b> 	<b>みどりの日</b> 	<b>こどもの日</b> 	
	<b>7日(月)</b> <b>ごはん</b> <b>厚揚げとじゃが芋の煮物</b> (厚揚げ、人参、豚肉、じゃが芋、筍、いんげん、油、砂糖、醤油) <b>ひじきサラダ</b> (ひじき、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ) <b>なめこのみそ汁</b> (なめこ、大根、玉葱、葱、いりこ、みそ) <b>ココア入り牛乳もち</b> (牛乳、片栗粉、砂糖、きな粉、ココアパウダー)	<b>8日(火) 音楽指導</b> <b>ごはん</b> <b>鶏肉のさっぱり煮</b> (鶏肉、醤油、砂糖、酢、生姜、にんにく) <b>納豆和え</b> (ほうれん草、キャベツ、人参、かつお節、納豆、醤油) <b>わかめのみそ汁</b> (わかめ、油揚げ、えのき、玉葱、いりこ、みそ) <b>果物</b> <b>ピザ</b> (ビザ生地、ケチャップ、玉葱、ピーマン、ペーコン、チーズ)	<b>9日(水)</b> <b>和風スパゲティ</b> (スパゲティ、ペーコン、人参、ピーマン、玉葱、干し椎茸、しめじ、バター、醤油、塩、こしょう) <b>キャベツの梅おかか和え</b> (キャベツ、人参、梅干し、きゅうり、かつお節、醤油) <b>コーンポタージュ</b> (コーン、クリームコーン、玉葱、パセリ、牛乳、コンソメ、塩、卵) <b>果物</b> <b>豆ごはんおにぎり</b> (米、グリーンピース、塩、酒) <b>チーズ</b>	<b>10日(木)</b> <b>ごはん</b> <b>豆腐とエビのケチャップ煮</b> (豆腐、人参、チンゲン菜、エビ、玉葱、砂糖、醤油、ケチャップ、片栗粉、生姜、にんにく) <b>中華きゅうり</b> (きゅうり、醤油、ごま、ごま油、砂糖、酢) <b>わかめスープ</b> (玉葱、人参、わかめ、鶏がらだし、醤油、塩) <b>フロズンヨーグルト</b> (ヨーグルト、生クリーム、もも缶、パイン缶、みかん缶、グラニュー糖)	<b>11日(金)</b> <b>ごはん</b> <b>魚の西京焼き</b> (魚、みそ、砂糖、みりん、酒、生姜) <b>五目豆</b> (オール豆、人参、昆布、しらたき、ごぼう、醤油、砂糖) <b>のっぺい汁</b> (里芋、ごぼう、しめじ、大根、人参、葱、油揚げ、醤油、塩、片栗粉、いりこ) <b>果物</b> <b>カルシウムラスク</b> (食パン、粉チーズ、ごま、グラニュー糖、あおのり、マーガリン)	<b>12日(土)</b> <b>炊き込みご飯</b> (米、鶏肉、人参、油揚げ、干し椎茸、ごぼう、薄口醤油) <b>大根のみそ汁</b> (大根、人参、玉葱、葱、いりこ、みそ) <b>果物</b> <b>菓子</b> <b>牛乳</b>
	<b>14日(月) 歯科検診・フッ素塗布</b> <b>ハヤシライス</b> (米、牛肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、にんにく、ハヤシルウ) <b>スティック野菜</b> (きゅうり、人参、マヨネーズ) <b>果物</b> <b>ぶかし芋</b> (さつま芋) <b>牛乳</b>	<b>15日(火)</b> <b>ごはん</b> <b>豚大根</b> (豚肉、大根、人参、こんにゃく、生姜、みそ、砂糖、醤油、みりん) <b>ブロッコリーのおかか和え</b> (ブロッコリー、人参、かつお節、醤油) <b>きのこのすまし汁</b> (えのき、しめじ、人参、葱、椎茸、卵、いりこ、醤油) <b>果物</b> <b>ポッドサンド</b> (食パン、ハム、チーズ、玉葱、油)	<b>16日(水) ふれあい広場</b> <b>ごはん</b> <b>魚の塩焼き</b> (魚、酒、塩、トマト) <b>若竹煮</b> (筍、わかめ、いりこ、醤油、砂糖、塩) <b>豚汁</b> (豚肉、大根、さつま芋、人参、葱、玉葱、ごぼう、油揚げ、こんにゃく、みそ、いりこ) <b>果物</b> <b>ヨーグルト</b> <b>ウエハース</b>	<b>17日(木)</b> <b>ごはん</b> <b>揚げだし豆腐</b> (豆腐、片栗粉、油、葱、かつお節、醤油、みりん) <b>かぼちゃサラダ</b> (かぼちゃ、じゃが芋、きゅうり、レーズン、塩、ウインナー、チーズ、マヨネーズ、こしょう) <b>小松菜のみそ汁</b> (小松菜、玉葱、人参、豆腐、いりこ、みそ) <b>マカロニ安括川</b> (マカロニ、きな粉、砂糖、塩) <b>牛乳</b>	<b>18日(金)</b> <b>ごはん</b> <b>魚のコーンマヨ焼き</b> (魚、酒、塩、パセリ、コーン、マヨネーズ、チーズ) <b>夏みかんサラダ</b> (夏みかん、きゅうり、キャベツ、レーズン、油、酢、塩) <b>玉葱のすまし汁</b> (玉葱、えのき、わかめ、いりこ、塩、醤油、卵) <b>かぼちゃパイ</b> (パイ生地、南瓜、砂糖、生クリーム、卵)	<b>19日(土)</b> <b>チキンライス</b> (米、鶏肉、人参、玉葱、グリーンピース、コーン、マーガリン、ケチャップ、コンソメ、こしょう、塩) <b>コンソメスープ</b> (人参、玉葱、キャベツ、コンソメ、醤油) <b>果物</b> <b>菓子</b> <b>牛乳</b>
	<b>21日(月)</b> <b>ごはん</b> <b>豆腐のあんかけ</b> (豆腐、玉葱、豚挽肉、人参、えのき、ピーマン、砂糖、醤油、片栗粉) <b>マカロニサラダ</b> (きゅうり、人参、ハム、マカロニ、マヨネーズ、チーズ) <b>五目みそ汁</b> (豆腐、人参、玉葱、葱、大根、みそ、油揚げ、いりこ) <b>果物</b> <b>よもぎ団子</b> (白玉粉、よもぎ、きな粉、砂糖、塩) <b>牛乳</b>	<b>22日(火)</b> <b>ごはん</b> <b>魚のホイル焼き</b> (魚、椎茸、えのき、バター、塩、酒、こしょう) <b>ほうれん草の磯和え</b> (ほうれん草、人参、醤油、のり) <b>じゃが芋のすまし汁</b> (じゃが芋、玉葱、葱、いりこ、醤油、こしょう、塩、卵) <b>カルピスゼリー</b> (カルピス、寒天、もも缶)	<b>23日(水) 誕生会</b> <b>ごはん</b> <b>チキンムニエル</b> (鶏肉、塩、こしょう、油、小麦粉、カレー粉、粉チーズ) <b>コールスローサラダ</b> (キャベツ、人参、酢、きゅうり、マヨネーズ、油、塩、こしょう) <b>かぼちゃのみそ汁</b> (かぼちゃ、玉葱、わかめ、人参、豆腐、いりこ、みそ) <b>ロールケーキ</b> (小麦粉、卵、生クリーム、グラニュー糖、バター)	<b>24日(木)</b> <b>ごはん</b> <b>豚肉の生姜煮</b> (豚肉、玉葱、酒、塩、砂糖、油、醤油、生姜) <b>もやしのナムル</b> (もやし、人参、きゅうり、砂糖、醤油、ごま油、酢) <b>ふのみそ汁</b> (ふ、玉葱、葱、えのき、いりこ、塩、醤油) <b>おやついりこ</b> <b>バナナ</b> <b>牛乳</b>	<b>25日(金)</b> <b>ラーメン</b> (中華麺、焼き豚、玉葱、人参、もやし、葱、醤油、キャベツ、塩、鶏がらだし、いりこ、ごま油) <b>あさりのしくれ煮</b> (水煮あさり、生姜、醤油、みりん、酒) <b>きゅうりの酢の物</b> (きゅうり、しらす、人参、酢、塩、砂糖、ごま、わかめ) <b>果物</b> <b>ゆかりおにぎり</b> (米、ゆかりふりかけ) <b>チーズ</b>	<b>26日(土)</b> <b>家族遠足</b> 
	<b>28日(月)</b> <b>ごはん</b> <b>豆腐ナゲット</b> (豆腐、鶏挽肉、玉葱、卵、小麦粉、ひじき、油、ケチャップ、塩、こしょう) <b>ごぼうサラダ</b> (ごぼう、きゅうり、人参、ハム、チーズ、醤油、マヨネーズ) <b>春雨スープ</b> (春雨、人参、もやし、塩、にら、醤油、鶏がらだし、卵) <b>セザミクッキー</b> (小麦粉、バター、砂糖、牛乳、卵、ごま) <b>牛乳</b>	<b>29日(火) 消防署見学・サンシャインラン</b> <b>ドライカレー</b> (米、合挽肉、玉葱、人参、レーズン、にんにく、油、カレールウ、醤油) <b>キャベツスープ</b> (キャベツ、えのき、玉葱、塩、コンソメ、こしょう) <b>果物</b> <b>フルーツゼリー</b> (みかん缶、バナナ、もも缶、寒天、砂糖)	<b>30日(水)</b> <b>ごはん</b> <b>魚の竜田揚げ</b> (魚、片栗粉、醤油、酒、みりん、生姜、油) <b>三色和え</b> (キャベツ、ほうれん草、人参、かつお節、醤油) <b>豆腐のみそ汁</b> (豆腐、油揚げ、わかめ、葱、いりこ、みそ) <b>いももち</b> (じゃが芋、片栗粉、バター、醤油、砂糖)	<b>31日(木)</b> <b>きつねうどん</b> (うどん、玉葱、人参、卵、かまぼこ、油揚げ、葱、かつお節、昆布、塩、醤油) <b>ミルクおから</b> (おから、豚挽肉、玉葱、人参、チーズ、葱、砂糖、醤油、塩、油、牛乳) <b>果物</b> <b>鮭おにぎり</b> (米、ごま、鮭フレーク) <b>チーズ</b>	<b>端午の節句に柏もちと菖蒲湯</b> <p>端午の節句には柏もちを食べ、菖蒲湯に入る習慣があります。柏の葉は古くから神聖な木とされていますが、秋に枯れてから春に新芽が出るまで古い葉っぱが落ちません。このことから、家事が途絶えず「子孫繁栄」するという意味が込められています。また、菖蒲湯には厄除けの意味があり、鎮痛や血行促進の効果もあるといわれています。</p> <p>(いただきます ごちそうさま 参照)</p>	

3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります。行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

