



# 5月の献立表



平成30年5月発行  
みなと子ども園

端午の節句		1日(火)	2日(水)子どもの日の集い	3日(木)	4日(金)	5日(土)
端午の節句にはかしわ餅を食べる習慣があります。浜田市の方では、かしわの葉ではなく、まきしば(サルトリイバラまたは山帰来)の葉で包むので、「まき」と呼ばれています。まきしはの葉は、蒸しと良い香りを出すので、風味も良くおいしいお餅になります。		<b>春の肉そぼろ丼</b> [米、合ミンチ、筍、グリーンピース、ごま油、生姜、醤油、片栗粉、みりん、酒、砂糖] <b>豆腐のサラダ</b> [豆腐、トマト、葱、醤油、オリーブ油] <b>油揚げの味噌汁</b> [油揚げ、人参、玉葱、葱、さつま芋、味噌、いりこ] <b>野菜ケーキ</b> [ミックス粉、野菜ジュース、レーズン] <b>牛乳</b>	<b>角寿司</b> [米、酢、砂糖、塩、人参、ごぼう、椎茸、でんぶ、金時豆] <b>エビフライ</b> [エビ、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、きゅうり、人参] <b>ふきながしスープ</b> [ベーコン、きゃべつ、人参、ピーマン、春雨、醤油、コンソメ] <b>かしわ餅(まき)</b> [白玉粉、上新粉、あんこ、かしわの葉] <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> 
7日(月)		8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
<b>ご飯</b> <b>アジの塩焼き</b> [アジ、塩] <b>スパゲティサラダ</b> [スパゲティ、きゅうり、ソーセージ、コーン、人参、油、塩] <b>豚汁</b> [豚肉、玉葱、人参、ごぼう、こんにゃく、さつま芋、葱、味噌、いりこ] <b>オレンジ</b> <b>グレーンゼリー</b> [グレープジュース、寒天、砂糖] <b>牛乳</b>		<b>ロールパン</b> <b>ロールきゃべつ</b> [きゃべつ、鶏ミンチ、豚ミンチ、玉葱、椎茸、ケチャップ、ソース、醤油、コンソメ、酒、バター] <b>ぶどう豆</b> [大豆、レーズン] <b>かき玉汁</b> [玉葱、しめじ、卵、葱、いりこ、塩、醤油] <b>おにぎり</b> [米、しらす干し、ごま] <b>チーズ</b>	<b>塩バターラーメン</b> [中華麺、焼き豚、にんにく、玉葱、きゃべつ、人参、コーン、椎茸、葱、塩、コンソメ、バター] <b>高野豆腐の卵焼き</b> [鶏肉、ピーマン、玉葱、人参、高野豆腐、卵、醤油、砂糖、酒、油] <b>小松菜の磯辺和え</b> [小松菜、もやし、人参、のり、醤油] <b>アメリカンドッグ</b> [フランクフルト、牛乳、ミックス粉、卵、油] <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>肉じゃが</b> [牛肉、油、人参、じゃが芋、玉葱、グリーンピース、こんにゃく、砂糖、醤油] <b>きゅうりの中華和え</b> [きゅうり、ごま、ごま油、砂糖、醤油、酢] <b>なめこのみそ汁</b> [なめこ、玉葱、わかめ、味噌、いりこ] <b>バナナ</b> <b>牛乳もち</b> [牛乳、片栗粉、きな粉、砂糖、塩]	<b>フリ丼</b> [米、フリ、にんにく、生姜、片栗粉、油、砂糖、醤油、みりん、酒、ほうれん草] <b>ひじきの華風和え</b> [ひじき、人参、コーン、ハム、きゅうり、もやし、ごま油、醤油、酢] <b>きのこのすまし汁</b> [玉葱、椎茸、えのき、しめじ、豆腐、葱、いりこ、塩、醤油] <b>オレンジ</b> <b>ヨーグルトケーキ</b> [小麦粉、砂糖、卵、バター、B.P、ヨーグルト]	<b>炊き込みご飯</b> [米、鶏肉、ごぼう、人参、しめじ、さつま揚げ、薄口醤油] <b>五目味噌汁</b> [じゃが芋、きゃべつ、人参、えのき、葱、いりこ、味噌] <b>バナナ菓子</b> <b>牛乳</b>
14日(月)		15日(火)あそびまじょうの会	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
<b>ご飯</b> <b>鶏肉の若草焼き</b> [鶏肉、酒、みりん、醤油、菜の花、ほうれん草、マヨネーズ] <b>じゃが芋の含め煮</b> [じゃが芋、人参、いんげん、醤油、砂糖] <b>もやしの味噌汁</b> [もやし、人参、しめじ、葱、玉葱、いりこ、味噌] <b>春きゃべつのマフィン</b> [きゃべつ、ウインナー、牛乳、マーガリン、マヨネーズ、チーズ、ミックス粉、小麦粉] <b>牛乳</b>		<b>フック船長のスパゲティ</b> [スパゲティ、イカ、エビ、油、ベーコン、マッシュルーム、玉葱、バター、塩、醤油、のり] <b>ティンカーベルサラダ</b> [きゅうり、人参、きゃべつ、コーン、油、酢、塩、こしょう] <b>ピーターパンのグリーンスープ</b> [じゃが芋、玉葱、ほうれん草、鶏肉、コンソメ、牛乳、バター、小麦粉] <b>いちこ</b>	<b>ご飯</b> <b>ミートローフ</b> [合ミンチ、玉葱、卵、パン粉、ケチャップ、塩、こしょう、人参、いんげん、コーン、ソース、砂糖] <b>トマトサラダ</b> [トマト、きゅうり、わかめ、酢、ごま油、砂糖] <b>春のかぶの味噌汁</b> [かぶ、おつゆら、人参、玉葱、いりこ、味噌] <b>マカロニ安宿II</b> [マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒砂糖] <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>魚のホイル焼き</b> [サケ、塩、こしょう、酒、玉葱、しめじ、えのき、椎茸、醤油] <b>ふきの煮物</b> [ふき、こんにゃく、人参、さつま揚げ、ごぼう、砂糖、醤油] <b>南瓜のみそ汁</b> [南瓜、玉葱、油揚げ、チンゲン菜、いりこ、味噌] <b>オレンジ</b> <b>人参まんじゅう</b> [人参、小麦粉、B.P、砂糖、あんこ] <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>厚揚げと春雨の煮物</b> [厚揚げ、豚肉、人参、にら、玉葱、春雨、椎茸、生姜、にんにく、鶏がらだし、砂糖、醤油、みりん、酒] <b>いんげんのごま和え</b> [いんげん、人参、もやし、ごま、醤油] <b>中華スープ</b> [玉葱、人参、チンゲン菜、コーン、鶏がらだし、塩、醤油] <b>ラルニツサラダ</b> [食パン、生クリーム、砂糖、バナナ] <b>牛乳</b>	<b>家族遠足の日</b> 
21日(月)		22日(火)	23日(水)誕生日会	24日(木)	25日(金)	26日(土)
<b>ご飯</b> <b>豚肉のピカタ</b> [豚肉、塩、こしょう、小麦粉、青のり、卵] <b>五目豆</b> [大豆、人参、昆布、ごぼう、こんにゃく、砂糖、醤油] <b>きゃべつのみそ汁</b> [きゃべつ、玉葱、人参、葱、いりこ、味噌] <b>バナナフルーチェ</b> [フルーチェの素、牛乳]		<b>ご飯</b> <b>ポークビーンズ</b> [豚肉、大豆、人参、玉葱、じゃが芋、トマト、砂糖、ケチャップ、油、塩、醤油] <b>小松菜のお浸し</b> [小松菜、きゃべつ、かつお節、醤油] <b>コンソメスープ</b> [白菜、人参、あさり、コーン、パセリ、コンソメ、塩] <b>メロン</b> <b>いりこのかりかり</b> [いりこ、油、砂糖] <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>どんちっち天ぷら</b> [アジ、梅干し、しそ、生姜、酒、天ぷら粉、塩、大豆サラダ] [大豆、じゃが芋、人参、きゅうり、コーン、こしょう、マヨネーズ、塩] <b>そうめん汁</b> [そうめん、玉葱、人参、葱、椎茸、いりこ、醤油、塩] <b>チーズケーキ</b> [クリームチーズ、卵、砂糖、レモン、ミックス粉、牛乳、いちご、生クリーム] <b>牛乳</b>	<b>肉うどん</b> [うどん、牛肉、玉葱、かまぼこ、葱、醤油、塩、みりん、かつお節、昆布] <b>豆腐おやき</b> [豆腐、大豆、シーチキン、葱、パン粉、スキムミルク、卵、ケチャップ、トマト] <b>ほうれん草のコーンとえ</b> [ほうれん草、人参、コーン、醤油] <b>オレンジ</b> <b>玉葱たっぷりピザトースト</b> [食パン、玉葱、ベーコン、塩、ピーマン、ケチャップ、チーズ] <b>牛乳</b>	<b>パトウサンド</b> [ロールパン、パトウ、小麦粉、パン粉、油、卵、きゃべつ、卵、マヨネーズ、玉葱、塩、こしょう] <b>スティック野菜</b> [きゅうり、人参、大根、マヨネーズ] <b>コーンスープ</b> [クリームコーン、コーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩] <b>おやつ焼きそば</b> [中華麺、玉葱、人参、きゃべつ、油、塩、こしょう、ソース、ケチャップ] <b>牛乳</b>	<b>ひじきご飯</b> [米、ひじき、ごぼう、鶏肉、椎茸、油揚げ、しらす干し、薄口醤油] <b>豆腐の味噌汁</b> [豆腐、きゃべつ、玉葱、葱、いりこ、味噌] <b>バナナ菓子</b> <b>牛乳</b>
28日(月)		29日(火)	30日(水)おひさまランチ	31日(木)	食育活動日程	
<b>ご飯</b> <b>照り焼き</b> [鶏肉、にんにく、生姜、砂糖、醤油、みりん、酒] <b>納豆和え</b> [納豆、ほうれん草、もやし、人参、醤油、のり] <b>じゃが芋の味噌汁</b> [じゃがいも、玉葱、しめじ、葱、いりこ、味噌] <b>メロン焼きドーナツ</b> [ミックス粉、豆腐、油、砂糖] <b>牛乳</b>		<b>ご飯</b> <b>さばの甘酢あんかけ</b> [さば、片栗粉、油、人参、玉葱、ピーマン、筍、醤油、酢、塩、砂糖、ケチャップ] <b>れんこんのカレー炒め</b> [れんこん、人参、ベーコン、コーン、塩、カレー粉] <b>わかめスープ</b> [わかめ、玉葱、白菜、人参、いりこ、塩、醤油] <b>ココアパイ</b> [パイ生地、ココア、砂糖] <b>牛乳</b>	<b>ドライカレー</b> [米、押し麦、合ミンチ、にんにく、玉葱、人参、レーズン、油、カレー粉、醤油] <b>即席漬け</b> [きゃべつ、きゅうり、人参、醤油、塩] <b>夏みかんゼリー</b> [夏みかん、寒天、砂糖] <b>牛乳</b>	<b>ロールパン</b> <b>南瓜のグラタン</b> [南瓜、塩、鶏肉、玉葱、しめじ、マカロニ、こしょう、コンソメ、マーガリン、牛乳、小麦粉、チーズ、パン粉] <b>菜果サラダ</b> [きゅうり、白菜、人参、レーズン、パイン、酢、砂糖、塩] <b>あさりのスープ</b> [あさり、小松菜、えのき、卵、人参、塩、醤油、コンソメ] <b>たらこおにぎり</b> [米、たらこ、塩] <b>チーズ</b>	<b>食育活動日程</b> 2日 子どもの日の集い 22日 クッキング(さくら組) ソーセージパイ作り 30日 おひさまランチ(ふじ組) 	

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。