



# 献立表



令和5年5月 みのり第2保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 <b>あいじょう弁当</b>	3 <b>祝日</b>	4 <b>祝日</b>	5 <b>祝日</b>	6
肉うどん 牛肉、玉ねぎ、人参、かまぼこ、天かす、ねぎ ごま酢和え きゅうり、キャベツ、かまぼこ、ごま 焼きししゃも ししゃも 果物(バナナ) 梅おにぎり チーズ	 カレーパン 牛乳	<b>憲法記念日</b>  10	 みどりの日	 12	ドライカレー 雑穀ごはん、合いびき肉、玉葱、人参、レーズン、グリーン カミカミサラダ 切干大根、きゅうり、するめ、コーン、マヨネーズ わかめスープ わかめ、玉葱、ごま、ねぎ 果物 菓子 牛乳
8	9	10	11 <b>遠足(まんぼう)</b>	12	13
春キャベツとウインナーのスパゲティ キャベツ、人参、ウインナー、あずき、玉ねぎ ひじきサラダ ひじき、きゅうり、人参、ツナ、コーン、ごま かぼちゃスープ かぼちゃ、玉葱、パセリ	豆腐のてまりあげ 豆腐、鶏ひき肉、付) スナップエンドウ ツナコーンサラダ いんげん、コーン、ツナ、ごま じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、わかめ	茶飯(緑茶) さばの照り焼き さば、付) トマト ほうれん草の納豆和え ほうれん草、人参、キャベツ、納豆、もみり 押麦のスープ 果物 押麦、春雨、玉ねぎ、人参、しめじ、アスパラ、パセリ	豚肉じゃが 豚肉、じゃが芋、人参、椎茸、白滝、いんげん バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま 豆腐の味噌汁 果物 豆腐、玉ねぎ、ねぎ <b>くいるか・くじら</b> <b>おべんとうやさん</b>	鯖のコーンマヨ焼き 鯖、コーン、マヨネーズ、付) 粉ふき芋 カミカミさんぴら ごぼう、人参、白滝、茎わかめ、ごま 麩のすまし汁 麩、玉葱、えのき、ねぎ 果物 チーズ蒸しパン 牛乳	焼きうどん 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、椎茸、かまぼこ、ピーマン ほうれん草のコーン和え ほうれん草、コーン、人参 中華スープ たけのこ、玉ねぎ、にら 果物 菓子 牛乳
たけのこ寿司	牛乳寒いちごソース	菓子 牛乳	わかめおにぎり カリカリいりこ	菓子蒸しパン 牛乳	菓子 牛乳
15	16	17	18 <b>遠足(年中)</b>	19 <b>カミカミday</b>	20
ラーメン 豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、椎茸、ねぎ、かまぼこ キャベツのごま和え キャベツ、小松菜、人参、ごま じゃが芋の土佐煮 じゃが芋、人参、かつお節、かつお 果物 塩昆布おにぎり チーズ	いろいろ豆腐 豆腐、かぶ、豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、卵、椎茸、人参、ねぎ 小松菜のナムル 小松菜、人参、もやし、ハム、ごま えのきのすまし汁 えのき、玉ねぎ、わかめ 果物 きょうぎの皮ピザ 牛乳	黒米ごはん カレイの煮付け カレイ ほうれん草の白和え ほうれん草、豆腐、人参、コーン、白滝、ごま 若竹汁 果物 たけのこ、玉ねぎ、油揚げ、わかめ 菓子 牛乳	鶏の梅焼き 鶏肉、味噌、梅干し、ごま、付) アスパラ 五目豆 水煮大豆、人参、ごぼう、こんにゃく、いんげん、昆布 なめこの味噌汁 なめこ、豆腐、玉ねぎ、ねぎ 果物 ゆかりおにぎり はりはり漬け	雑穀ごはん バトウフライ バトウ、パン粉、付) スナップエンドウ カミカミサラダ ごぼう、きゅうり、人参、するめ、ごま、マヨ 切干大根スープ 果物 切干大根、玉ねぎ、えのき、人参 玄米フレーククッキー 牛乳	中華風おこわ もち米、鶏肉、椎茸、人参、たけのこ、干しエビ、おろし 小松菜ののり和え 小松菜、人参、もみり 厚揚げのみそ汁 厚揚げ、玉ねぎ、えのき、ねぎ 果物 菓子 牛乳
22	23	24 <b>誕生会</b>	25	26	27 <b>親子遠足(年長)</b>
ちゃんぽん風うどん うどん、豚肉、玉ねぎ、人参 がんもの煮物 たけのこ、一口がんも、人参、いんげん 果物(バナナ)	豆腐の五目あんかけ 豆腐、鶏肉、玉ねぎ、人参、椎茸、ごぼう、グリーンビ 切干大根の梅肉和え 切干大根、きゅうり、人参、梅干し 若竹味噌汁 たけのこ、玉ねぎ、油揚げ、わかめ 果物 菓子 牛乳	鮭ごはん こいのぼりバーグ 合いびき肉、玉葱、人参、豆腐、パン粉、かつお、付) きゅうり、ミト バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま コーンスープ ゼリー こいのぼりパイ 牛乳	オレンジチキン 鶏肉、オレンジジュース、付) 粉ふき芋 小松菜のじゃこ和え 小松菜、人参、もやし、ちりめんじゃこ まごわやさしい汁 豆腐、玉葱、里芋、えのき、わかめ、ごま 果物 お好み焼き	黒米ごはん 鮭のピカタ 鮭、卵、粉チーズ、パセリ、付) トマト アスパラのソテー キャベツ、アスパラ、ウインナー ココロスープ 玉葱、人参、ベーコン おからケーキ 牛乳	カレーピラフ えび、ベーコン、玉葱、コーン、ピーマン 菜果サラダ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン わかめスープ わかめ、玉葱、ごま、ねぎ 果物 菓子 牛乳
29	30	31	※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます ※都合により献立が変更になる場合があります ★記載のない日の主食は「麦ごはん」です。 給食に使用している麦は押し麦で、 ビタミンやミネラル、食物繊維が玄米より多く含まれています。 白米3合に押し麦1本(45g)を目安に炊いてみてくださいね!		
肉みそスパゲティ 豚ひき肉、人参、玉ねぎ、もやし、グリーンビ 大豆サラダ 水煮大豆、じゃが芋、きゅうり、人参、チーズ、マヨ 野菜スープ キャベツ、玉ねぎ、えのき、パセリ 果物 もち麦入り鮭おにぎり はりはり漬け	カレーライス 豚肉、玉葱、じゃが芋、人参、グリーンビ あらめの華風和え あらめ、きゅうり、人参、コーン、ツナ、ごま フルーツゼリー	オーロラソースかけ バトウ、カレー粉、小麦粉、付) 粉ふき芋 キャベツのおかか和え 小松菜、キャベツ、人参、かつお節 コンソメスープ 玉ねぎ、人参、ベーコン、コーン、パセリ 果物 菓子 牛乳			

