



5月献立表



令和4年5月発行
こくふ子ども園

	2日(月)	3日(月)	4日(月)	5日(月)	6日(金)	7日(土)	
	ごはん 塩麴の生姜焼き (豚肉、玉葱、生姜、砂糖、塩麴、醤油、酒、みりん、油) おかか和え (キャベツ、人参、醤油、かつお節) 春雨とニラのスープ (春雨、ニラ、玉葱、人参、鶏がらだし、塩) ジャムサンド (食パン、ブルーベリージャム、マーガリン) 牛乳	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	三色丼 (米、鶏挽肉、生姜、砂糖、醤油、ほうれん草、人参、油) キャベツのごま酢和え (キャベツ、きゅうり、しらす、わかめ、ごま、砂糖、酢、醤油) ごぼうのみそ汁 (ごぼう、油揚げ、玉葱、人参、葱、いりこ、みそ) 果物 じゃがいももち (じゃが芋、片栗粉、バター、醤油、砂糖) 牛乳	エビピラフ (米、エビ、ベーコン、人参、玉葱、コーン、パセリ、バター、コンソメ、塩、こしょう) 春雨スープ (春雨、人参、わかめ、玉葱、塩、いりこ、醤油) 果物菓子 	
	ごはん チキンムニエル (鶏肉、塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、粉チーズ、油) もやしのナムル (小松菜、人参、もやし、酢、コーン、醤油、ごま油、砂糖) 麩のすまし汁 (麩、玉葱、葱、えのき、塩、醤油、いりこ) ヨーグルト ウエハース	ごはん 豆腐ハンバーグ (豚挽肉、豆腐、玉葱、パン粉、卵、ひじき、ピーマン、塩、牛乳、ケチャップ) 小松菜のサラダ (小松菜、人参、もやし、ごま、醤油、マヨネーズ) ニラ卵スープ (ニラ、玉葱、コーン、卵、わかめ、鶏がらだし) 果物 カルシウムラスク (食パン、粉チーズ、ごま、グラニュー糖、マーガリン、青のり) 牛乳	みそラーメン (中華麺、豚肉、人参、もやし、玉葱、コーン、葱、にんにく、キャベツ、みそ、鶏がらだし) 南瓜の煮物 (南瓜、醤油、砂糖) 果物 おやき (米、しらす、桜エビ、青のり、チーズ、醤油、みりん、片栗粉)	豆ごはん (グリーンピース、酒、塩) 魚のホイル焼き (鮭、酒、塩、こしょう、玉葱、椎茸、しめじ、えのき、バター) キャベツのみそ汁 (キャベツ、玉葱、人参、葱、いりこ、みそ) よもぎ団子 (よもぎ、白玉粉、絹ごし豆腐、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	ごはん 肉じゃが (牛肉、じゃが芋、人参、玉葱、干し椎茸、インゲン、油、砂糖、糸こんにゃく、醤油、みりん) 炒め野菜のおかか和え (小松菜、人参、もやし、油、かつお節、酢、醤油) ちよろけん汁 (豆腐、大根、人参、葱、油、いりこ、醤油、みりん、酒、塩) フルーチェ (牛乳、フルーチェの素) クラッカー	ひじきご飯 (米、鶏肉、人参、ひじき、油あげ、薄口醤油) 玉葱のみそ汁 (人参、しめじ、玉葱、葱、みそ、いりこ) 果物菓子 	
	ごはん 豆腐ステーキ (豆腐、鶏肉、玉葱、人参、えのき、しめじ、醤油、片栗粉、砂糖、みりん、酒、塩) きゅうりの酢の物 (きゅうり、しらす、人参、酢、ごま、わかめ、塩、砂糖) 豚汁 (豚肉、油揚げ、玉葱、人参、大根、ごぼう、葱、みそ、いりこ、こんにゃく) きな粉揚げパン (ロールパン、きな粉、砂糖、塩、油) 牛乳	ごはん 魚の生姜煮 (魚、生姜、酒、みりん、砂糖、醤油) 南瓜サラダ (南瓜、きゅうり、じゃが芋、レーズン、ウインナー、チーズ、こしょう、塩、マヨネーズ) あさりのコンソメスープ (人参、玉葱、しめじ、醤油、コンソメ、あさり) りんごゼリー (寒天、リンゴジュース、砂糖、りんご) ウエハース	ごはん 鶏肉のピカタ (鶏肉、塩、小麦粉、卵、油、粉チーズ、パセリ) キャベツの甘酢和え (キャベツ、人参、きゅうり、ブロッコリー、酢、砂糖、醤油) 玉葱としめじのスープ (玉葱、しめじ、人参、もやし、コンソメ、塩、醤油) 果物 ツナコーンピザ (ピザ生地、玉葱、チーズ、ツナ、コーン、マヨネーズ) 牛乳	あんかけ焼きそば (中華めん、豚肉、ピーマン、人参、キャベツ、玉葱、ごま油、醤油、塩、片栗粉、鶏がらだし、こしょう) 納豆和え (ほうれん草、もやし、人参、挽きわり納豆、刻みのみり、醤油) 中華スープ (人参、玉葱、コーン、葱、鶏がらだし、塩) 果物 わかめおにぎり  (米、炊き込みわかめの素) 牛乳	ごはん 豚肉のみそだれつけ焼き (豚肉、玉葱、酒、塩、みそ、ごま、砂糖、油) 青菜ともやしのナムル (小松菜、もやし、人参、ごま、酢、砂糖、醤油、ごま油) 豆腐のすまし汁 (豆腐、玉葱、人参、葱、塩、いりこ、醤油) バナナケーキ (ミックス粉、卵、牛乳、バナナ、砂糖、スキムミルク、バター) 牛乳	菓子  牛乳	
	ごはん 魚のムニエル (魚、塩、酒、小麦粉、油) 小松菜の磯和え (小松菜、人参、もみりのり、醤油) キャベツとしめじのみそ汁 (キャベツ、玉葱、しめじ、人参、葱、いりこ、みそ) アメリカンドッグ (フランクフルト、卵、油、ミックス粉、牛乳) 牛乳	ごはん チキンカツ (鶏肉、にんにく、パン粉、油、天ぷら粉、酒、塩) ごぼうサラダ (ごぼう、きゅうり、ハム、ごま、人参、マヨネーズ、コーン) 春雨のすまし汁 (春雨、玉葱、わかめ、人参、塩、醤油、いりこ) ロールケーキ (小麦粉、卵、グラニュー糖、バター、抹茶、生クリーム) 牛乳	ロールパン ミートスパゲティ (スパゲティ、合挽肉、人参、玉葱、にんにく、粉チーズ、油、グリーンピース、ケチャップ、ウスターソース、トマト缶、砂糖、コンソメ) コーンスープ (コーン、もやし、わかめ、人参、コンソメ、塩) 果物 菜飯おにぎり  (米、菜飯の素) 牛乳	スタミナ納豆丼 (米、鶏挽肉、挽きわり納豆、葱、にんにく、生姜、ごま、砂糖、酒、醤油) ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、チーズ、ハム、人参、マヨネーズ、塩、こしょう) 麩のみそ汁 (玉葱、しめじ、人参、葱、いりこ、みそ) 黒糖レーズン蒸しパン (ミックス粉、牛乳、黒砂糖、レーズン) 牛乳	ごはん 厚揚げと春雨の煮物 (厚揚げ、豚肉、春雨、人参、ニラ、生姜、にんにく、玉葱、醤油、片栗粉、砂糖) ドレッシング和え (キャベツ、人参、しめじ、ブロッコリー、ごま、みそ、醤油、酢、スキムミルク、砂糖) 大根とわかめのみそ汁 (大根、わかめ、人参、油あげ、いりこ、みそ) 果物 麦ようかん (寒天、砂糖、はったい粉、水) 牛乳	ポークカレー (米、豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、カレールウ、にんにく、醤油) コンソメスープ (人参、玉葱、しめじ、醤油、コンソメ) 果物菓子 	
	きつねうどん (うどん、かまぼこ、玉葱、油揚げ、葱、塩、醤油、みりん、人参、かつお節、昆布) あさりのしくれ煮 (あさり、生姜、醤油、砂糖、みりん、酒) 菜果サラダ (きゅうり、みかん、レーズン、キャベツ、油、塩、こしょう、砂糖、酢) 塩っぺおにぎり  (米、塩っぺ) 牛乳	ごはん ばとうフライ (ばとう、塩、酒、パン粉、油、天ぷら粉、こしょう) もやしの梅和え (もやし、キャベツ、人参、ごま、醤油、梅干し) 中華スープ (わかめ、人参、玉葱、卵、醤油、鶏がらだし) マカロニの安倍川 (マカロニ、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	子どもに伝えたい食のマナー いただきます ごちそうさま 食事の前と食べ終わったあとに、食事作りに関わった人や命を分けてくれた食材への感謝を込めて、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。 				◇今月の食育活動◇ 18日 栄養の話(ひまわり) 23日 キャベツちぎり(あやめ) 玉葱の皮むき(あやめ) 27日 しめじさき(すみれ)

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。