



# 5月の献立表



令和 4年 5月 みなと子ども園

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
<b>ご飯・豚肉の生姜焼き・キャベツのゆかり和え</b> <b>ふの味噌汁</b> ☆ 米 ☆ 豚肉 生姜 醤油 みりん 油 玉葱 キャベツ ☆ きゅうり キャベツ 人参 ゆかり ☆ ふ 玉葱 えのき 葱 みそ 煮干し	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">憲法記念日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">みどりの日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">子どもの日</div> 	<b>ご飯・さばの味噌煮・ほうれん草の磯辺和え</b> <b>とうふのすまし汁</b> ☆ 米 ☆ さば 味噌 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ☆ ほうれん草 人参 もやし 醤油 しらす干し 味付けのり ☆ 豆腐 玉葱 えのき 葱 醤油 塩 煮干し	<b>エビピラフ・じゃがいものスープ・果物(バナナ)</b> ☆ 米 むきえび 人参 玉葱 コーン 塩 こしょう ブイオン マーガリン ☆ じゃが芋 塩わかめ 人参 キャベツ 鶏がらだし 塩 醤油
<b>かしわ餅・牛乳</b> ☆ 上新粉 白玉粉 こしあん かしわの葉 ☆ 牛乳				<b>デザート・牛乳</b> ☆ 食パン トマト ケチャップ ピーマン 玉葱 ベーコン チーズ ☆牛乳	
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
<b>ご飯・ポークビーンズ</b> <b>ほうれん草のコーンとえ・チンゲン菜のスープ</b> ☆ 米 ☆ 大豆水煮 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 トマトホール 缶 トマトケチャップ 油 塩 ☆ ほうれん草 人参 コーン 醤油 ☆ 玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がらだし 塩 醤油	<b>ご飯・魚のチーズ焼き・金平ごぼう</b> <b>じゃが芋のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ バイク 塩 こしょう 酒 チーズ 青のり ☆ ごぼう 人参 しらす たいりごま 砂糖 醤油 ごま油 ☆ じゃが芋 玉葱 人参 油揚げ 葱 煮干し みそ	<b>ご飯・鶏肉のマーマレード煮</b> <b>ひじきの和風サラダ・玉葱のすまし汁</b> ☆ 米 ☆ 鶏肉 マーマレード 酒 醤油 油 にんにく 砂糖 ☆ ひじき きゅうり 人参 まぐろ水煮 いりごま マヨネーズ 醤油 ☆ 玉葱 人参 しめじ 葱 煮干し 塩 醤油	<b>焼きうどん・小松菜の和え物</b> <b>わかめスープ・果物(バナナ)</b> ☆ ゆでうどん 豚肉 玉葱 ピーマン キャベツ 人参 椎茸 竹輪 葱 油 醤油 かつお節 ☆ もやし 小松菜 人参 醤油 ☆ 塩わかめ 白菜 コーン 人参 しめじ 鶏がらだし 塩 卵	<b>ご飯・豆腐のそぼろあんかけ</b> <b>キャベツのおかか和え・アサリのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 木綿豆腐 鶏挽肉 玉葱 人参 砂糖 醤油 片栗粉 さやいんげん ☆ キャベツ 人参 かつお節 醤油 ☆ あさり水煮 玉葱 えのき 葱 みそ 煮干し	<b>炊き込みごはん・具だくさん味噌汁</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ 米 鶏肉 ごぼう 人参 しめじ さつま揚げ 薄口醤油 ☆ 人参 玉葱 かぼちゃ えのき 油揚げ チンゲン菜 みそ 煮干し 鶏肉 豆腐
<b>バナナケーキ・牛乳</b> ☆ ホットケーキミックス 牛乳 バナナ レモン汁 ☆ 牛乳	<b>ヨーグルト和え・クラッカー</b> ☆ ヨーグルト バナナ みかん缶 黄桃缶 パインアップル缶 ☆クラッカー	<b>カルピス蒸しパン・牛乳</b> ☆ ホットケーキミックス カルピス レーズン ☆ 牛乳	<b>わかめとごまのおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 わかめ ふりかけ いりごま ☆ 牛乳	<b>芋ようかん・牛乳</b> ☆ おろし さつま芋 寒天 グラニュー糖 塩 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ ビスケット ☆ 牛乳
16(月)	17(火)	18(水) 誕生日会	19(木) 一休タイム(ふじ)	20(金)	21(土)
<b>カレー丼・小松菜のサラダ</b> <b>野菜スープ</b> ☆ 米 豚肉 人参 玉葱 にんにく カレールウ めんつゆ ☆ 人参 いりごま 醤油 小松菜 まぐろ水煮 コーン マヨネーズ ☆ じゃが芋 人参 玉葱 チンゲン菜 ブイオン 塩	<b>ご飯・あじの塩焼き・ポテトサラダ</b> <b>キャベツのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ あじ 塩 ☆ じゃが芋 きゅうり チーズ コーン 人参 マヨネーズ 塩 こしょう ☆ キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱	<b>ご飯・豆腐とえびのケチャップ煮</b> <b>ひじきのナムル・きのこスープ</b> ☆ 米 ☆ 木綿豆腐 豚挽肉 むきえび 玉葱 人参 油 生姜 にんにく トマトケチャップ 醤油 トマトホール缶 ☆ きゅうり ひじき 人参 ごま油 酢 砂糖 鶏がらだし 塩 ☆ しめじ えのき 玉葱 煮干し 塩 醤油	<b>和風スパゲティ・ほうれん草のゴマ和え</b> <b>コンソメスープ・果物(バナナ)</b> ☆ スパゲティ ベーコン あさり水煮 人参 干し椎茸 しめじ ピーマン 塩 醤油 油 ☆ ほうれん草 いりごま もやし 醤油 人参 ☆ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ ブイオン 塩 醤油	<b>ご飯・グリルチキン・キャベツの酢物</b> <b>南瓜のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 鶏肉 塩 こしょう ☆ キャベツ きゅうり しらす干し みかん缶 いりごま 酢 醤油 砂糖 ☆ かぼちゃ 玉葱 油揚げ 葱 みそ 煮干し	<b>カルシウムご飯・もやしの味噌汁</b> <b>果物(りんご)</b> ☆ 米 干しエビ しらす干し かつお節 塩わかめ いりごま ごま油 醤油 酒 ☆ もやし 人参 えのき 葱 煮干し みそ
<b>フルーチェ・菓子</b> ☆ フルーチェ 牛乳 ☆ 甘辛せんべい	<b>ひじき蒸しパン・牛乳</b> ☆ ホットケーキミックス 牛乳 アーモンドパウダー 砂糖 脱脂粉乳 ひじき ☆牛乳	<b>フルーツココアロールケーキ</b> ☆ 小麦粉 ココア 卵 グラニュー糖 バター ホイップクリーム 白桃缶 黄桃缶	<b>しおっぱおにぎり・牛乳</b> ☆ 小麦粉 塩昆布 ☆ 牛乳	<b>さつま芋チップス・牛乳</b> ☆ さつま芋 油 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ ビスケット ☆ 牛乳
23(月)	24(火)	25(水) 筍に触れる(ばら)	26(木)	27(金) 九州フェス	28(土)
<b>ご飯・魚の西京焼き</b> <b>切干大根のサラダ・厚揚げのとりみ汁</b> ☆ 米 ☆ べにざけ みそ 酒 醤油 みりん 砂糖 ☆ 切干大根 ほうれん草 人参 まぐろ水煮 いりごま 醤油 砂糖 酢 ☆ 玉葱 じゃが芋 人参 椎茸 葱 片栗粉 煮干し 塩 醤油	<b>ご飯・豚大根・ほうれん草のしらす和え</b> <b>豆腐のすまし汁</b> ☆ 米 ☆ 豚肉 大根 人参 板こんにゃく 生揚げ 生姜 さやいんげん みそ 醤油 砂糖 ☆ ほうれん草 しらす ごま 醤油 人参 ☆ 豆腐 白菜 えのき 葱 醤油 塩 煮干し	<b>ご飯・厚揚げと春雨の煮物</b> <b>キャベツの塩っぺ和え・玉葱のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 生揚げ 人参 豚肉 玉葱 春雨 干し椎茸 生姜 にんにく 鶏がらだし 醤油 ☆ キャベツ 小松菜 人参 塩昆布 醤油 ☆ 玉葱 みそ 煮干し えのき 葱 塩わかめ	<b>味噌ラーメン・かぼちゃのそぼろ煮</b> <b>きゅうりの和え物・果物(バナナ)</b> ☆ 中華麺 豚肉 にんにく 油 酒 玉葱 人参 キャベツ もやし コーン 葱 塩 こしょう 煮干し 味噌 ☆ かぼちゃ 砂糖 醤油 鶏挽肉 ☆ きゅうり もやし キャベツ 竹輪 砂糖 醤油	<b>♥かしわ飯・中華風和え物</b> <b>具だくさん汁</b> ☆ 米 鶏肉 人参 ごぼう 干し椎茸 ごま油 醤油 砂糖 酒 みりん ☆ もやし 小松菜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 ☆ ごぼう じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 葱 煮干し 醤油	<b>菓子・牛乳</b> ☆ 甘辛せんべい ☆ 牛乳
<b>和風豆乳ゼリー・豆乳ウエハース</b> ☆ 牛乳 寒天 砂糖 豆乳 黒砂糖 きな粉 ☆ 豆乳ウエハース	<b>いももち(チーズ味)・牛乳</b> ☆ じゃが芋 片栗粉 チーズ ☆ 牛乳	<b>ポンデケーキ・牛乳</b> ☆ ホットケーキミックス 白玉粉 脱脂粉乳 粉チーズ 油 ☆ 牛乳	<b>筍ご飯のおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 ゆでたけのこ 油揚げ 人参 薄口醤油 ☆ 牛乳	<b>フライドポテト・牛乳</b> ☆ フライドポテト 油 塩 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ 甘辛せんべい ☆ 牛乳
30(月)	31(火)	<b>今月の食育のテーマ</b> <b>旬の野菜や果物、魚や貝を知ろう</b>			
<b>中華丼・ニラ卵スープ・果物(りんご)</b> ☆ 米 豚肉 いか 白菜 筋水煮 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン ごま油 生姜 にんにく コンソメ 塩 醤油 片栗粉 ☆ 玉葱 人参 春雨 人参 卵 塩 醤油 鶏がらだし 煮干し	<b>ご飯・魚のカレムニエル</b> <b>キャベツの梅和え・大根と油揚げのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ あじ 塩 小麦粉 にんにく オリーブ油 カレー粉 ☆ キャベツ もやし 人参 梅干し 醤油 ☆ 大根 小松菜 油揚げ えのき 煮干し みそ	<b>今月の地域料理</b> <b>かしわ飯(九州)</b>			
<b>みかんゼリー・牛乳</b> ☆ みかん缶 オレンジジュース 砂糖 寒天 ☆ 牛乳	<b>焼肉バーガー・牛乳</b> ☆ ロールパン 牛肉 玉葱 砂糖 みりん 酒 醤油 ☆ 牛乳	<b>◆今月の食育活動◆</b> 19日 一休タイム 「旬の話」(ふじ) 25日 筍に触れる (ばら)			
		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <b>子どもの日</b>            子どもたちみんなが元気に育ちますように、と願う日です。コイが滝を昇っていくようにりっばな人になってほしい、とこいのほりを揚げ、子どもを思う親の気持ちを、新芽が伸びるまで地面に落ちないカシワの葉に例えて、かしわもちを食べます。行事の意味を大切にしていきたいですね。         </div>			

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

♥は、新メニューです。