



5の献立表

R4・5 つくし保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 八十八夜	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子どもの日	6	7
キャベツとベーコンのスパゲッティ <small>アスパラ、玉ねぎ、人参、ベーコン</small> 南瓜の甘煮 <small>南瓜</small> コーンスープ <small>コーン、コーンクリーム、玉葱</small> 緑茶の蒸しケーキ				筍の混ぜご飯 鮭の照り焼き <small>鮭、付)トマト</small> ひじき煮・果物 <small>ひじき、長天、人参、いんげん</small> かきたま汁 <small>卵、玉葱、人参、ねぎ</small> 豆乳くずもち(黒蜜)	洋風ピラフ <small>ウインナー、人参、玉ねぎ、パセリ</small> ほうれん草のナムル <small>ほうれん草、もやし、ハム、ごま</small> 中華スープ <small>たけのこ、玉葱、人参、にら</small> 菓子牛乳
9 アイスクリーム作り	10	11	12 お弁当の日	13 仲間メニュー	14
メンマ入りラーメン <small>豚肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし</small> 焼きししゃも <small>ししゃも</small> 筍とがんもの煮物 <small>筍、がんも、人参、いんげん</small> アイス クリーム屋さん	ハヤシライス <small>牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋</small> 菜果サラダ <small>キャベツ、胡瓜、レーズン</small> 果物 フルーツシリアル ヨーグルト	麦ごはん カレイの煮付け <small>カレイ 付)インゲン</small> ほうれん草の白和え <small>人参、豆腐、糸コン、みそ、ゴマ</small> 若竹汁・果物 <small>たけのこ、薄揚げ、わかめ</small> よもぎマフィン 牛乳	お弁当の日 菓子牛乳	ソフトカンパニユ そら豆とえびの洋風春巻き <small>空豆、エビ、モツアレラチーズ</small> スナッフエンドウのソテー ピースのポターージュ お好み焼き 牛乳	豚焼肉丼 <small>豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参</small> 春雨サラダ <small>春雨、胡瓜、人参、みかん缶</small> わかめスープ <small>わかめ、白ネギ、ゴマ</small> 菓子牛乳
16 パンまき作り	17	18	19 カミカミday	20 青空ランチ	21
肉うどん <small>牛肉、玉ねぎ、人参、かまぼこ</small> 新じゃがと厚揚げの煮物 <small>新じゃがいも、人参、厚揚げ</small> キャベツのごま酢和え <small>キャベツ、きゅうり、人参、ごま</small> パンまき 牛乳	高野豆腐ハンバーグ <small>高野豆腐、合ミンチ、玉葱、パン粉</small> きゅうりの酢の物 <small>きゅうり、キャベツ、カニカマ、人参</small> なめこの味噌汁 <small>なめこ、玉葱、わかめ、ねぎ</small> 果物 ピザトースト 牛乳	牛飯 <small>牛肉、ごぼう、人参、絹さや</small> キャベツの胡麻和え <small>キャベツ、シラス、ゴマ</small> ふのすまし汁 <small>ふ、玉葱、えのき、ねぎ</small> ジャムサンド 牛乳	雑穀ごはん 鶏のフレーク揚げ <small>鶏肉、フレーク、付)こぶき芋</small> 新ごぼうのサラダ <small>新ごぼう、茎わかめ、人参、ハム</small> 切干大根スープ・果物 <small>切干大根、人参、玉葱、えのき</small> 黒ごま焼きかりんとう 牛乳	炊き込みご飯 <small>鶏肉、筍、ごぼう、人参、キノコ</small> 鮭の塩焼き ひじきの華風和え <small>ひじき、胡瓜、人参、ハム</small> 卵焼き・スナッフエンドウ 果物 菓子牛乳 	オムライス <small>鶏肉、卵、玉ねぎ、人参、ピーマン</small> コールスローサラダ <small>キャベツ、きゅうり、パイン缶</small> 野菜スープ <small>人参、椎茸、白菜、えのき、パセリ</small> 菓子牛乳
23	24 誕生会	25	26	27	28
カレーライス <small>豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋</small> マカロニサラダ <small>マカロニ、人参、胡瓜、キャベツ、ハム</small> 果物 マスカットゼリー 	ロールパン・果物 オレンジチキン <small>鶏肉、玉ねぎ 付)キャベツ</small> ごぼうサラダ <small>ごぼう、ツナ、人参、胡瓜、コーン</small> コーンポターージュ <small>クリームコーン、玉ねぎ、牛乳</small> ウインナーパイ 牛乳	バトウの磯天ぷら <small>バトウ、青のり 付)野菜の天ぷら</small> ごま酢和え <small>きゅうり、もやし、ひじき、ごま</small> じゃが芋のみそ汁 <small>じゃが芋、玉葱、油揚げ、ねぎ</small> 菓子牛乳	黒米ごはん 鶏の照り焼き <small>鶏肉、みりん、砂糖 付)キャベツ</small> 五目豆 <small>水煮大豆、人参、ごぼう、昆布</small> そうめん汁 <small>そうめん、しめじ、玉葱、ねぎ</small> カルピスカップケーキ 牛乳	さばの味噌煮 <small>さば 付)インゲン</small> ミルクおから <small>おから、豚ミンチ、玉葱、人参、チーズ</small> かき卵汁 <small>麩、卵、玉葱、ねぎ</small> 果物 クロックムッシュ 牛乳	浦上そばろ丼 <small>豚ミンチ、人参、ごぼう、しらたき</small> おかか和え <small>ほうれん草、人参、かつお節</small> 豆腐の味噌汁 <small>豆腐、玉葱、ねぎ</small> 菓子牛乳
30	31	<div style="border: 2px solid pink; padding: 10px; display: inline-block;"> <h2 style="margin: 0;">いちごアイス つくり</h2> <p style="margin: 5px 0;">子ども達といちごをつぶして、生クリームとヨーグルトと混ぜてアイスを作ります。子ども達のもみもみタイムが重要です</p> </div>		<div style="border: 2px solid green; padding: 10px; display: inline-block;"> <h2 style="margin: 0;">いろいろ豆メニュー</h2> <p style="margin: 5px 0;">今が旬のそら豆、スナッフエンドウグリーンピースを子ども達に下処理をお願いして給食で味わいたいと考えています!(!)</p> </div>	
焼きうどん <small>豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、椎茸</small> 千草和え <small>ほうれん草、人参、油揚げ</small> ポテトスープ <small>じゃが芋、玉葱、しめじ、パセリ</small> 果物 もち麦入り鮭 カリカリいりこ	いろいろ豆腐 <small>鶏・豚ミンチ、豆腐、卵、椎茸</small> パンサンスー <small>春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま</small> えのきのすまし汁 <small>えのき、玉ねぎ、わかめ</small> 切干大根もち 牛乳				

※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。