5月 給食献立表

	1	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	5万 府民队工工					
日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる		
7	火	ご 仮 魚の オーロラ焼き 大豆のかきあげ すまし汁	牛乳 (3時) りんごゼリー	ホキ・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・マヨネーズ	トマトケチャブ・たまねぎ・にんじん・青ねぎ・りんごジュース・ <u>条</u> 天		
8	水	ひじきごはん ひいのぼりハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ ぶどう	年乳 (3時) こどもの日クッキー	牛ひき肉・ぶたひき肉・普 通牛乳	精白米・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・じゃがいも ・薄力粉・有塩バター	ひじき・にんじん・たまねぎ・グリ ーンピース・トマトケチャブ・キャ ベツ・ぶどう		
9	木	ご飯 親子丼 キャベツとちくわの和え物 みそ汁 果物	年乳(3時) フルーツョーグルト	鶏もも・鶏卵・焼き竹輪・油揚げ・普通牛乳・プレー ンヨーグルト	精白米	にんじん・たまねぎ・キャベツ・り ょくとうもやし・こまつな・バナナ ・パインアップル缶詰		
10	金	ご飯 カレイの煮つけ ひじきサラダ みそ汁	年乳 (3時) 果物 きなこマカロニ	まがれい・木綿豆腐・普通 牛乳・きな粉	精白米・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ	にんじん・きゅうり・ひじき・たまねぎ・みずかけな・オレンジ		
11	土	ご飯 阪肉と厚揚げのみそ炒め じゃがいもの煮っころがし わかめスープ	牛乳(3時) ブルーベリーケーキ	生揚げ・ぶたかた・普通牛乳	精白米・じゃがいも・ホット ケーキミックス	乾わかめ・にんじん・たまねぎ・ブ ルーベリージャム		
13	月	ご飯 ちぐさやき 小松菜と厚揚げのお浸し 豚汁	牛乳 (3時) 玄米フレーククッキー	鶏卵・生揚げ・ぶたもも・ 淡色辛みそ・普通牛乳	精白米・生いも板こんにやく ・玄米・薄力粉・有塩バター ・三温糖	にんじん・たまねぎ・青ねぎ・ひじ き・えのきたけ・こまつな・ごぼう		
14	火	ご飯 魚のカレー焼き キャベツとえのきの酢の物 みそ汁 納豆	牛乳 (3時) 果物 チーズ	ホキ・納豆・普通牛乳・プロセスチーズ	精白米・片栗粉	キャベツ・りょくとうもやし・えの きたけ・にんじん・たまねぎ・ぶな しめじ・こまつな・りんご		
15	水	たけのこごはん 豆腐の和風あんかけ 切り干し大根のサラダ 中華スープ	牛乳 (3時) カルピスゼリー	油揚げ・木綿豆腐・まぐろ 油漬缶詰・普通牛乳・乳酸 菌飲料	精白米・片栗粉・マヨネーズ	たけのこ水煮缶詰・にんじん・たま ねぎ・さやえんどう・切干しだいこ ん・青ねぎ・生しいたけ		
16	木	ご飯 さばの煮つけ かぼちゃのオーブン焼き すまし汁	年乳 (3時) 米ポン	さば・プロセスチーズ・木綿豆腐・普通牛乳・きな粉	精白米・あられ・マシュマロ	しょうが・かぼちゃ・にんじん・た まねぎ・えのきたけ		
17	金	ご飯 とりの照り焼き マカロニのケチャップソテー レタススープ	牛乳 (3時) ジャムサンド	若鶏もも・普通牛乳	精白米・マカロニ・スパゲティ・食パン	トマトホール缶詰・にんじん・たま ねぎ・トマトケチャプ・レタス・い ちごジャム		
18	土	ご飯 肉じゃが ゆかりの和えもの みそ汁	年乳 (3時) マーブルケーキ	牛かた(赤肉)・普通牛乳	精白米・じゃがいも・ホット ケーキミックス	にんじん・たまねぎ・キャベツ・りょくとうもやし		
20	月	ご飯 魚のパン粉焼き 厚揚げの甘煮 みそ汁	牛乳 (3時) レモンラスク	ホキ・生揚げ・普通牛乳	精白米・パン粉・ロールパン ・ソフトマーガリン	スナップえんどう・にんじん・たま ねぎ		
21	火	ご飯 牛肉のしぐれ煮 高野の煮物 みそ汁	牛乳 (3時) ココアケーキ	牛かた・凍り豆腐・木綿豆 腐・普通牛乳	精白米・ホットケーキミックス	ごぼう・にんじん・たまねぎ・青ね ぎ		
22	水	 ご飯 カレイのケチャップあんかけ ジャーマンアスパラポテト わかめスープ	牛乳 (3時) お 麩スナック	まがれい・ベーコン・木綿豆腐・普通牛乳	 精白米・じゃがいも・車ふ・ ソフトマーガリン・グラニュ 一緒	トマトケチャプ・にんじん・たまね ぎ・アスパラガス・乾わかめ		
23	. 木	ご飯 大豆入りカレー 大やしのゴマ酢和え 福神漬 果物	ヤクルトお誕生日ケーキ	牛ばら・大豆・乳酸菌飲料 ・鶏卵・ホイップクリーム	精白米・じゃがいも・いりご ま・薄力粉・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・りょくとうも やし・キャベツ・福神債・オレンジ ・バナナ・よもぎ		

24	金	ご飯 鶏肉のから揚げ ほうれん草ともやしのナムル すまし汁	牛乳 (3時) オレンジゼリー	若鶏もも・木綿豆腐・普通 牛乳	精白米・片栗粉・いりごま・ しらたき	ほうれんそう・りょくとうもやし・ にんじん・たまねぎ・みずかけな・ みかんジュース・みかん缶詰・寒天
25	土	ご飯 焼きそば 焼かか和え みそ汁	 牛乳 (3時) 果物 きなこあめ	ぶたかたロース・かつお節 ・普通牛乳・きな粉	精白米・中華めん・はちみつ	にんじん・たまねぎ・りょくとうも やし・キャベツ・青ピーマン・バナ ナ
27	月	ご飯 ミートソーススパゲティー ベイク ドじゃが コンソメスープ	牛乳 (3時) 果物 きなこ豆	牛ひき肉・ぶたひき肉・普通牛乳・きな粉・大豆	精白米・マカロニ・スパゲディ・じゃがいも	 トマトホール缶詰・たまねぎ・にん じん・トマトケチャブ・キャベツ・ バナナ
28	火	ご飯 豚のしょうが煮 ひじき煮 みそ汁	生乳 (3時) 苺ジャムケーキ	ぶたもも・木綿豆腐・普通 牛乳	精白米・ホットケーキミックス	しょうが・ひじき・にんじん・たま ねぎ・青ねぎ・いちごジャム
29		ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ひき肉と豆のトマト煮込み すまし汁	牛乳 (3時) ミルクわらび餅	大豆・牛ひき肉・ぶたひき 肉・普通牛乳・きな粉	精白米・じゃがいも・片栗粉	にんじん・たまねぎ・トマトホール 缶詰
30	木	わかめごはん 高野のフライ 切干し大根の煮物 筍のかきたま汁	牛乳 (3時) フルーツゼリー	凍り豆腐・鶏卵・普通牛乳	精白米・パン粉・薄力粉	カットわかめ・切干しだいこん・に んじん・たけのこ・たまねぎ・みず かけな・寒天・りんごジュース・み かん缶詰
31	金	ご飯 魚の白みそ焼 塩昆布の和えもの すまし汁	牛乳(3時) ツナマヨトースト	さわら・甘みそ・木綿豆腐 ・普通牛乳・まぐろ油漬缶 詰	精白米・食パン・マヨネーズ	キャベツ・りょくとうもやし・塩昆 布・にんじん・たまねぎ・えのきた け・青ねぎ
		I .	1	1	1	1



5月5日・立耑午の節句



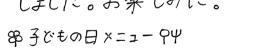


亲が緑の李節でもある5月5日はこどもの日。

青い空を風でおなかいっぱり腹的ませたこいのぼりが 汾くざます。子でもたちの幸せを願い、健やかな育ちを

◎ 祝う日です。園では5月8日を子でもの日メニューに

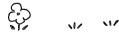
しました。お楽しみに。



ひじきごはん・こいのほりハンバーク マカロニサラダ・コンソメス・フロ ぶどう

おやつ: 子どもの日7ッキー

%5月の新×ニュー 9Ψ 豆腐の和風あんがけ 米ポン・ジャーマンアスパラボ・テト



- 5月の旬の食材 一

tcけのこ:食物/鹹絲サガ豊富 なので便秘予防 ・肥満防止の 交が果があります。

アスパラ:名前の田来は豊富に 富まれるアスパラキン西分から。血圧を 下げ、免疫力を増強し疲労回復 に役立ちます。

