



# 5月 献立表



金龍保育園

日	曜日	未満児 10時おやつ	こんだて	ざいりょう	全児 おやつ	
1	水	牛乳 お焼き	カツ丼・小松菜のカラフル和え・味噌汁	米・豚肉・パン粉・油・卵・小松菜・パプリカ・ハム・豆腐 わかめ・葱・味噌・いりこ・玉葱	ミロミルク もちもちパン	
2	木	牛乳 蒸しさつま芋	ごはん・キャベツとミートボールのトマト煮 切干大根ときゅうりのサラダ・スープ	米・キャベツ・合いびきミンチ・玉葱・卵・トマト缶・パセリ・ 切干大根・キュウリ・ハム・セロリ・人参・油	サワーヨーグルト きな粉トースト	
3	金	<b>憲法記念日</b>				
4	土	<b>みどりの日</b>				
5	日	<b>子供の日</b>				
6	月	<b>振替休日</b>				
7	火	牛乳 パン	ドライカレー・マセドアンサラダ・コンソメスープ	米・玉葱・人参・油・カレー粉・トマト缶・じゃが芋・きゅうり・ チーズ・ハム・コーン・キャベツ・パセリ	牛乳 みかんゼリー	
8	水	牛乳 果物	ごはん・鶏の照焼・カボチャの煮物・味噌汁	米・鶏肉・ブロッコリー・カボチャ・豆腐・わかめ・葱・炒り 飯・味噌・油	ミロミルク リッツ	
9	木	牛乳 チーズ	ごはん・サバのケチャップ煮・ごぼうの金平・豆腐汁	米・サバ・胡麻・ケチャップ・ごぼう・人参・豆腐 かまぼこ・鶏肉・ねぎ	サワーヨーグルト 蒸しさつま芋	
10	金	牛乳 お焼き	炊き込みご飯・干草焼き・そうめん汁・果物	米・鶏肉・牛蒡・人参・あげ・干し椎茸・卵・絹さや 豚ミンチ・きくらげ・葱・そうめん・かまぼこ・バナナ	サワーヨーグルト スコーン	
11	土	<b>親子遠足</b>				
12	日	<b>お休み</b>				
13	月	牛乳 マカロニきな粉	ごはん・白身魚のムニエル・キャベツのソテー もやしスープ	米・カラスグレイフィーレ・小麦粉・バター・油・キャベツウ イナー・玉葱・人参・もやし・卵・ねぎ	ミルク お麩のラスク	
14	火	牛乳 ジャムパン	★お誕生日会★サンドウィッチ・チャーハン・果物 ハンバーグ・野菜スープ	パン・卵・キュウリ・ハム・マーガリン・人参・玉葱・焼き豚・ 葱・卵・バナナ・リンゴ・キウイ・合いびきミンチ	牛乳 イチゴケーキ	
15	水	牛乳 お焼き	親子丼・こんにやくの炒り煮・味噌汁	米・鶏肉・玉葱・卵・ねぎ・こんにやく・牛肉・人参・ふ・わか め・ねぎ・味噌・いりこ	ミロミルク ぶどうゼリー	
16	木	牛乳 果物	ごはん・カレーの唐揚げ・厚揚げのそぼろ煮・すまし汁	米・カレー・レモン・レタス・片栗粉・厚揚げ・生姜 豚ミンチ・なめこ・わかめ・ねぎ	サワーヨーグルト わらび餅	
17	金	牛乳 コーンフレーク	おにぎり・カレーうどん・小松菜の納豆和え・果物	米・わかめ・豚肉・うどん玉・玉葱・人参・白ネギ・カレー 粉・小松菜・納豆・葱・オレンジ	サワーヨーグルト チーズパン	
18	土	牛乳 パン	ごはん・ポークチャップ・ごぼうとツナのサラダ 野菜スープ	米・豚肉・玉葱・ケチャップ・キャベツ・牛蒡・ツナ缶・きゅう り・大根・人参・セロリ	牛乳 ポップコーン	
19	日	<b>お休み</b>				
20	月	牛乳 お焼き	ごはん・酢豚・春キャベツとちくわの塩昆布和え わかめとえのきのスープ	米・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・油・片栗粉・キャベツ・ちく わ・塩昆布・わかめ・えのきたけ・ねぎ	ミルク パンラスク	
21	火	牛乳 蒸しさつま芋	ごはん・タンダーチキン・ブロッコリーのサラダ セロリのスープ	米・鶏肉・ヨーグルト・ニンニク・生姜・キャベツ・ブロッ コリー・ハム・コーン・マヨネーズ・セロリ・人参	牛乳 フルーツサラダ	
22	水	牛乳 きな粉パン	ごはん・揚げ出し豆腐・きゅうりの酢の物 かきたま汁	米・豆腐・油・片栗粉・カボチャ・さつま芋・海苔・葱・きゅう り・わかめ・かまぼこ・卵・にら	ミロミルク きな粉ボール	
23	木	牛乳 チーズ	おにぎり・らーめん・牛肉とれんこんの甘辛炒め 果物	米・海苔・ラーメン・焼き豚・もやし・ねぎ・ラーメン・麵・れん こん・牛肉・ごま・パイン缶・ミカン缶	サワーヨーグルト スイートポテト	
24	金	牛乳 果物	ごはん・サバの塩焼き・里芋のそぼろ煮・すまし汁	米・サバ・ブロッコリー・里芋・鶏ミンチ・人参・府・わかめ・ ねぎ	サワーヨーグルト ピスケット	
25	土	牛乳 お焼き	おにぎり・もやしのとん平焼き・ほうれん草の胡麻和え味 噌汁	米・もやし・豚肉・卵・かつお節・ソース・葱・マヨネーズ・ほ うれん草・胡麻・豆腐・玉葱・葱・味噌・いりこ	牛乳 コーンフレーク	
26	日	<b>お休み</b>				
27	月	牛乳 ジャムパン	チャーハン・お豆腐サラダ・野菜スープ・果物	米・焼き豚・玉葱・人参・卵・葱・豆腐・わかめ・カイワレ・ ごま油・胡麻・キャベツ・バナナ	ミルク ホットケーキ	
28	火	牛乳 おにぎり	ごはん・カレーの煮つけ・ほうれん草と納豆の和え物 味噌汁	米・カレー・白ネギ・ほうれん草・納豆・人参・カボチャ・玉 葱・葱・味噌・いりこ	牛乳 サモサ	
29	水	牛乳 お焼き	カレーライス・コールスローサラダ・果物	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ・キャベツ・ キュウリ・ハム・コーン・りんご	ミロミルク リッツモア	
30	木	牛乳 パン	ごはん・鶏肉のマーメレード焼き・ピーマンのソテー もずくスープ	米・鶏肉・ニンニク・マーメレード・キャベツ・トマト ピーマン・パプリカ・ベーコン・玉葱・もずく・ねぎ	サワーヨーグルト よもぎ団子(食育)	
31	金	牛乳 果物	ごはん・かきあげ・切干大根の炒り煮 はんぺんのすまし汁	米・玉葱・サツマイモ・カボチャ・インゲン・人参・てんぶら 粉・油・切干大根・さつま揚げ・鶏肉・はんぺん	サワーヨーグルト かりんとトースト	

【食前のことば】み光のもと われ今幸いに この清き食を受く いただきます。  
 【食後のことば】われ今 この清き食を終わりにて 心豊かに 力身に満つ ごちそうさま。  
 ※献立内容は変更することもあります。ご了承ください。

