



# 5月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
1 (月)	ごはん 肉豆腐 ごま和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・豆腐・しらたき・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒・油 キャベツ・きゅうり・もやし・醤油・砂糖・すりごま さつまいも・しめじ・大根・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット パイ (パイシート・グラニュー糖)
2 (火)	こいのぼりライス ローストチキン サラダ スープ オレンジ	米・豚挽肉・ミックスベジタブル・ケチャップ・油・コンソメ・アスパラガス・れんこん・ちくわ・きゅうり・人参 鶏肉・おろしにんにく・おろししょうが・酒・みりん・砂糖・醤油・食塩・こしょう ほうれん草・大根・人参・薄口醤油・酢・砂糖・油 ベーコン・玉葱・アスパラガス・コンソメ オレンジ	ごまボッキー ヨーグルト
3 (水)	<b>憲法記念日 (祝日休園)</b>		
4 (木)	<b>みどりの日 (祝日休園)</b>		
5 (金)	<b>こどもの日 (祝日休園)</b> 		
6 (土)	わかめうどん 和え物 甘夏かん	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・わかめ・砂糖・みりん・食塩・醤油・葱 大根・人参・ひじき・砂糖・醤油・すりごま 甘夏かん	スティックビスケット おやつ
8 (月)	ごはん ささみフライ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏ささみ・食塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・大根・しそ・ポン酢・みりん・薄口醤油・酒 きゅうり・大根・人参・かつお節・醤油・砂糖 ごぼう・さつまいも・しめじ・みつば・味噌 オレンジ	チーズ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・食塩)
9 (火)	豆乳紫いもパン 野菜オムレツ ソテー スープ バナナ	豆乳紫いもパン 卵・マヨネーズ・牛乳・食塩・玉葱・しめじ・ほうれん草・油・ピザチーズ・ケチャップ キャベツ・コーン・ツナ・バター・醤油 人参・大根・アスパラガス・コンソメ バナナ	たまごボーロ 塩昆布おにぎり (米・塩昆布)
10 (水)	ごはん 煮魚 おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・しょうが ほうれん草・切干大根・人参・かつお節・醤油 肉団子・玉葱・キャベツ・みつば・味噌 オレンジ	ごまボッキー プチピザ (ツナ・コーン・ケチャップ・ピザチーズ・クラッカー)
11 (木)	ごはん 鶏の照り焼き ふきの梅煮 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・おろししょうが ふき・梅干し・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油 油揚げ・わかめ・なめこ・葱・味噌 バナナ	スティックビスケット 紅茶ボーロ (小麦粉・紅茶・砂糖・無塩バター・油)
12 (金)	ごはん 五目麻婆 中華きゅうり スープ オレンジ	米 豚挽肉・大豆・玉葱・人参・ニラ・干し椎茸・おろしにんにく・おろししょうが・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメソジャン・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・食塩・かつお節 卵・もやし・コーン・しそ・鶏がら オレンジ	ブルー 麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
13 (土)	ハヤシライス サラダ バナナ	米・豚肉・じゃがいも・人参・コーン・玉葱・ハヤシルウ・油 キャベツ・切干大根・人参・薄口醤油・酢・砂糖・油 バナナ	ごまボッキー おやつ
15 (月)	ごはん 塩から揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・塩麩・醤油・砂糖・こしょう・おろししょうが・おろしにんにく・片栗粉・揚げ油 キャベツ・人参・ちくわ・すりごま・醤油・砂糖 玉葱・人参・しめじ・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット お好み焼き (小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース)
16 (火)	ごはん 豚肉と春野菜の煮物 梅和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・アスパラガス・人参・ふき・しらたき・砂糖・醤油・油 ほうれん草・きゅうり・もやし・梅干し・砂糖・醤油・かつお節 板こんにゃく・キャベツ・ごぼう・葱・味噌 バナナ	ブルー シュガードーナツ (小麦粉・BP・油・牛乳・砂糖・揚げ油・グラニュー糖)
17 (水)	ごはん 魚の西京焼き 切干大根の煮物 すまし汁 甘夏かん	米 さば・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 玉葱・椎茸・麩・みつば・食塩・薄口醤油 甘夏かん	チーズ ハムチーズいもち (じゃがいも・片栗粉・ハム・ピザチーズ・バター)

	献立名	材料名	おやつ
18 (木)	牛丼 塩昆布和え 味噌汁 いちご	米・牛肉・しめじ・玉葱・もやし・人参・醤油・砂糖・みりん・酒 キャベツ・もやし・ほうれん草・塩昆布 油揚げ・じゃがいも・大根・葱・味噌 いちご	たまごボーロ 黒糖蒸しパン (ホットケーキ粉・牛乳・黒砂糖・こしあん)
19 (金)	 <b>お弁当の日</b>  ※お弁当には、必ず火の通ったものを入れていただきますよう、お願い致します。		ごまポッキー ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
20 (土)	ツナごはん 和え物 味噌汁 オレンジ	米・ツナ・しそ・ごま・醤油・砂糖・みりん きゅうり・大根・もやし・かつお節・砂糖・醤油 玉葱・豆腐・わかめ・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
22 (月)	ごはん 鶏じゃが 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・じゃがいも・人参・玉葱・しらたき・酒・みりん・食塩・油 きゅうり・大根・ツナ・わかめ・酢・砂糖・薄口醤油 油揚げ・人参・えのき・みつば・味噌 バナナ	チーズ 小倉団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・ゆであずき)
23 (火)	ごはん 魚の香味焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 さば・おろしにんにく・おろししょうが・酒・砂糖・醤油・ごま油・葱 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 玉葱・椎茸・板こんにゃく・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット そら豆のスコーン (小麦粉・BP・砂糖・無塩バター・牛乳・食塩・そら豆)
24 (水)	塩ラーメン 煮卵 サラダ バナナ	中華麺・焼豚・玉葱・人参・もやし・コーン・葱・中華だし・酒・食塩・薄口醤油・ごま油 卵・醤油・みりん キャベツ・ちくわ・きゅうり・もみのり・醤油・ごま・ごま油 バナナ	ごまポッキー そばろおにぎり (米・豚挽肉・砂糖・醤油・油)
25 (木)	★誕生会 ひじきとツナの炊き込みごはん とんかつ 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・ひじき・ツナ・醤油・みりん・酒 豚ヒレ肉・食塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・とんかつソース ほうれん草・もやし・大根・醤油・かつお節 しめじ・切干大根・わかめ・葱・味噌 甘夏かん	たまごボーロ もちもちいちごジャムパン (白玉団子の粉・いちごジャム・油・牛乳・砂糖)
26 (金)	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き 高野豆腐の卵とじ すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・味噌・葱 高野豆腐・干し椎茸・人参・卵・玉葱・酒・みりん・砂糖・薄口醤油・食塩 大根・玉葱・麩・みつば・食塩・薄口醤油 オレンジ	ブルーン 抹茶クッキー (小麦粉・BP・砂糖・無塩バター・卵・抹茶・油)
27 (土)	豚丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・人参・キャベツ・もやし・椎茸・みつば・おろしにんにく・ おろししょうが・酒・砂糖・みりん・醤油・食塩・ごま油・すりごま 木綿豆腐・わかめ・なめこ・葱・味噌 バナナ	ごまポッキー おやつ
29 (月)	ごはん レバーの甘辛煮 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 ほうれん草・きゅうり・もやし・納豆・かつお節・醤油 麩・大根・しらたき・葱・味噌 オレンジ	たまごボーロ きな粉のケーキ (ホットケーキ粉・きな粉・調製豆乳・卵・レーズン・無塩バター・砂糖)
30 (火)	ごはん 鮭のバター醤油焼き きんぴらごぼう 味噌汁 メロン	米 鮭・酒・みりん・砂糖・醤油・バター ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま キャベツ・油揚げ・玉葱・みつば・味噌 メロン	ごまポッキー マーマレードポテト (さつまいも・揚げ油・マーマレード)
31 (水)	カレーライス コールスローサラダ チーズ 甘夏かん	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃがいも・カレールウ キャベツ・きゅうり・コーン・マヨネーズ・酢・食塩 スティックチーズ 甘夏かん	スティックビスケット フレンチトースト (食パン・バター・牛乳・卵・砂糖)

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。

※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください。