



5月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (金)	ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・玉葱・椎茸・キャベツ・人参・おろし生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 ひじき・ちくわ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 かぼちゃ・しめじ・厚揚げ・味噌	おせんべい リッツサンド (リッツ・りんごジャム)
2 (土)	ガーリックチャーハン 中華スープ オレンジ	米・豚挽肉・人参・干し椎茸・玉葱・ニラ・にんにく・ごま油・醤油・塩・ こしょう・中華だしの素 コーン・青梗菜・春雨・しめじ・中華だしの素 オレンジ	クラッカー おやつパン
4 (月)	 みどりの日 		
5 (火)	 こどもの日 		
6 (水)	 振替休日 		
7 (木)	ハヤシライス コロコロサラダ 青のりポテト 甘夏かん	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・コーン缶・油・ハヤシルウ 大根・れんこん・かつお節・酢・砂糖・薄口・ごま油 じゃが芋・塩・青のり・粉チーズ・油 甘夏かん	おせんべい こいのぼりクッキー (小麦粉・砂糖・生クリーム・油・ ベーキングパウダー・ココア・粉糖)
8 (金)	ごはん 鯖の煮付け 納豆和え 豚汁 バナナ	米 鯖・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 小松菜・もやし・納豆・醤油・もみのり 豚肉・油・人参・ごぼう・豆腐・葱・味噌	シガーフライ じゃがいものカレー揚げ (じゃが芋・揚げ油・カレー粉・塩 鶏がらスープの素)
9 (土)	カレーピラフ スープ オレンジ	米・豚挽肉・油・人参・玉葱・パセリ・カレー粉・塩・鶏がらスープの素 白菜・豆腐・たけのこ・カットわかめ・鶏がらスープの素 オレンジ	クラッカー おやつパン
11 (月)	ごはん オムレツ サラダ レタススープ バナナ	米 卵・ウィンナー・玉葱・しめじ・塩・こしょう・ピザチーズ・ケチャップ・ バター・じゃが芋 きゅうり・人参・マヨネーズ・塩・こしょう コーン缶・レタス・えのき・鶏がらスープの素 バナナ	リッツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
12 (火)	ごはん 高野豆腐の煮物 ツナ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・高野豆腐・しめじ・人参・みつば・薄口・みりん・酒・砂糖・塩・油 キャベツ・切干大根・ツナ・砂糖・醤油・かつお節 かぼちゃ・ごぼう・玉葱・葱・味噌	クラッカー もちもちチーズパン (白玉粉・牛乳・ピザ用チーズ・塩・油)
13 (水)	炊き込みごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 美生柑	米・鶏肉・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 カレイ・片栗粉・揚げ油・塩っぺ・葱・酒・みりん・片栗粉 小松菜・もやし・すりごま・醤油 大根・豆腐・しめじ・みつば・味噌	ビスケット りんご蒸しパン (ホットケーキミックス・油・牛乳・ 砂糖・りんご)
14 (木)	ごはん 鶏肉の照り焼き ふきとたけのこの炒め物 五目汁 オレンジ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・おろし生姜 ふき・たけのこ・酒・砂糖・醤油・油 豚肉・玉葱・人参・ごぼう・油揚げ・味噌・油	シガーフライ シュガードーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー・油・ 砂糖・牛乳・揚げ油・グラニュー糖)
15 (金)	 お弁当の日  ※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。		リッツ ゼリー
16 (土)	混ぜごはん 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・人参・れんこん・干し椎茸・醤油・砂糖・酒・塩 玉葱・じゃが芋・白菜・みつば・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
18 (月)	ごはん 豚肉のかき揚げ 甘酢和え かき玉汁 甘夏かん	米 豚肉・玉葱・しめじ・人参・ごぼう・薄口・塩・小麦粉・揚げ油 もやし・人参・ちくわ・酢・薄口・砂糖 卵・油揚げ・えのき・玉葱・葱・味噌 甘夏かん	おせんべい カルピスポンチ (白玉粉・砂糖・絹ごし豆腐・みかん缶・バナナ・カルピス・水)
19 (火)	ごはん 鶏肉のマヨポン焼き ごま和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・葱・マヨネーズ・ポン酢・醤油・酒・みりん いんげん・コーン・かつお節・すりごま・醤油 豚肉・油・さつま芋・えのき・みつば・味噌 バナナ	クラッカー 焼きそば (焼きそば麺・豚肉・キャベツ・人参・玉葱・焼きそばソース・油)
20 (水)	ケチャップライス 鮭のサクサク焼き スパゲティサラダ スープ 甘夏かん	米・鶏肉・人参・パセリ・玉葱・鶏がらスープの素・バター・ケチャップ 鮭・塩・パン粉・ウスターソース スパゲティ・人参・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・こしょう 玉葱・アスパラガス・大根・鶏がらスープの素 甘夏かん	リッツ さつま芋ホットケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・牛乳・さつま芋)
21 (木)	ごはん レバーのかりんとう 切干大根の五目煮 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・酒・醤油・砂糖 切干大根・人参・ちくわ・しらたき・葱・みりん・薄口・醤油・砂糖 白菜・玉葱・じゃが芋・味噌 オレンジ	シガーフライ チヂミ (豚挽肉・ニラ・人参・玉葱・ごま油・小麦粉・片栗粉・お好みソース)
22 (金)	パン ハンバーグ ソテー つるつるスープ 甘夏かん	パン 豚挽肉・玉葱・人参・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ ツナ・アスパラガス・玉葱・醤油・塩・油 鶏肉・油・ビーフン・椎茸・もやし・鶏がらスープの素 甘夏かん	ビスケット おにぎり (米・豚肉・白葱・鶏がらスープの素・ごま油)
23 (土)	中華風炊き込みごはん 中華スープ オレンジ	米・鶏肉・たけのこ・しめじ・人参・塩・中華だしの素・醤油・ごま油・こしょう キャベツ・もやし・ニラ・中華だしの素 オレンジ	リッツ おやつパン
25 (月)	ごはん 鶏肉と豆腐の落とし揚げ 和え物 味噌汁 甘夏かん	米 豆腐・鶏挽肉・玉葱・人参・片栗粉・酒・みりん・薄口・塩・揚げ油 キャベツ・ちくわ・ツナ・しめじ・醤油・すりごま 厚揚げ・さつま芋・玉葱・葱・味噌 甘夏かん	おせんべい ココアクリームサンド (サンドウィッチ食パン・ココア・砂糖・コーンスターチ・牛乳)
26 (火)	ごはん 豚肉のごま味噌炒め なめたけ和え すまし汁 バナナ	米 豚バラ・玉葱・人参・キャベツ・みりん・酒・砂糖・味噌・すりごま・ 鶏がらスープの素・ごま油 ほうれん草・切干大根・なめたけ・醤油 舞茸・もやし・大根・みつば・薄口・塩 バナナ	クラッカー ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油)
27 (水)	野菜ラーメン 中華きゅうり 焼きかぼちゃ オレンジ	中華麺・豚肉・ごま油・玉葱・人参・もやし・椎茸・葱・中華だしの素・ 酒・塩・こしょう・薄口・醤油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 かぼちゃ・油 オレンジ	ビスケット おにぎり (米・鶏挽肉・醤油・酒・青のり)
28 (木)	梅じゃこわかめご飯 鯖の香味焼き 和え物 味噌汁 甘夏かん	米・梅干し・わかめふりかけ・しらす干し 鯖・にんにく・生姜・葱・ごま油・みりん・醤油・砂糖 小松菜・切干大根・砂糖・醤油 椎茸・玉葱・人参・油揚げ・味噌 甘夏かん	リッツ ジャムチーズパイ (パイシート・クリームチーズ・いちごジャム・グラニュー糖)
29 (金)	ごはん 厚揚げ麻婆 ナムル わかめスープ オレンジ	米 厚揚げ・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・葱・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ ごま油・テンメンジャン・中華だしの素・おろし生姜・おろしにんにく きゅうり・もやし・すりごま・酢・薄口・砂糖・ごま油 豚挽肉・油・舞茸・玉葱・カットわかめ・中華だしの素 オレンジ	シガーフライ ツナと豆腐のもっちり焼き (豆腐・ツナ・コーン・片栗粉・塩・油・ケチャップ)
30 (土)	豚しぐれごはん 味噌汁 バナナ	豚肉・玉葱・油・醤油・砂糖・もみのり・おろし生姜 じゃが芋・人参・玉葱・味噌 バナナ	おせんべい おやつパン

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承下さい