

5月分給食献立表

平成 18年

あおぞら保育園

日	曜日	給食	おやつ	材料及び体内での働き(昼食・おやつ)			夕食	
				血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの		
1	月	カレーライス スープ(玉ネギ・コーン) ツナサラダ	黄な粉マカロニ	豚肉 ツナ カニカマ 牛乳	米 じゃがいも	玉ネギ 人参 コーン きゅうり 大根	野菜コロッケ 春雨サラダ	
2	火	こどもの日お楽しみメニュー						肉じゃが インゲンのおかか和え
3	水							
4	木							
5	金							
6	土	パン ベーコンシチュー りんご	ふかし芋 ミニチーズ	ベーコン スキムミルク 牛乳 チーズ	パン じゃがいも さつまいも	人参 玉ネギ りんご	-	
7	日							
8	月	親子丼 みそ汁(油揚げ・大根) 酢の物	バナナ 菓子	卵 鶏肉 油揚げ カニカマ しらす 牛乳	米	玉ネギ 大根 きゅうり ワカメ バナナ	鮭のムニエル フレッシュサラダ	
9	火	ミートソーススパゲティー スープ(キャベツ・コーン) 温野菜サラダ	じゃこ入りごはん	豚肉 ベーコン しらす 牛乳	スパゲティー	人参 玉ネギ ビーマン キャベツ コーン 赤ビーマン フロッコリー	卵とじ 青菜のおひたし	
10	水	ツナコーンごはん 清まし汁(しいたけ・ワカメ) おからハンバーグ 茹でじゃが・人参グラッセ・スティックきゅうり	ヨーグルト 菓子	ツナ おから 豚肉 牛乳 卵 ヨーグルト	米 じゃがいも	しいたけ ワカメ 玉ネギ 人参 ミックスベジタブル きゅうり	肉豆腐 キャベツの甘酢漬け	
11	木	麦ごはん みそ汁(麩・長ネギ) 酢豚 小松菜のおかか和え	にんじんパンケーキ	麩 豚肉 牛乳	米 麦	長ネギ 玉ネギ 人参 菊 ビーマン パイン しいたけ 小松菜 もやし	チーズ卵焼き ワカメサラダ	
12	金	ごはん ニラ玉スープ ししゃものフライ 五目ひじき煮 千キャベツ	はっさく 菓子	卵 ししゃも 大豆 油揚げ 牛乳	米	ニラ ひじき 人参 キャベツ	焼きそば 大根サラダ	
13	土	パン クリームシチュー バナナ	りんご 菓子	豚肉 スキムミルク 牛乳	パン じゃがいも	人参 玉ネギ バナナ りんご	-	
14	日							
15	月	ごはん みそ汁(豆腐・人参) 炒り鶏 ワカメの和え物	のりチーズサンド	豆腐 鶏肉 ちくわ さつま揚げ チーズ 牛乳	米 食パン	人参 筍 ゴボウ ワカメ きゅうり のり	松風焼き アスパラサラダ	
16	火	サンマの蒲焼き丼 スープ(しいたけ・玉ネギ) ポパイサラダ	ナポリタン	サンマ カニカマ ベーコン 牛乳	米 スパゲティー	しいたけ 玉ネギ ほうれん草 コーン レタス ビーマン 人参	中華風煮 りんごサラダ	
17	水	ごはん かき玉汁 カレー風肉じゃが インゲンのおかか和え	ゼリー 菓子	卵 なたと 豚肉 牛乳	米 じゃがいも	玉ネギ 人参 インゲン	トンカツ 付け合わせ	
18	木	チョコブレッド ポークビーンズ コーンサラダ	みたらしだんご 菓子	大豆 ベーコン 豚肉 ツナ 牛乳	チョコブレッド	人参 玉ネギ コーン レタス	鶏肉と大根の煮物 青菜のゴマ和え	
19	金	春の遠足						
20	土	パン マカロニシチュー はっさく	バナナ 菓子	豚肉 スキムミルク 牛乳	パン マカロニ じゃがいも	人参 玉ネギ はっさく バナナ	-	
21	日							
22	月	ごはん 清まし汁(はんぺん・ワカメ) 高野豆腐のオランダ煮 中華きゅうり	プリン 菓子	はんぺん 高野豆腐 牛乳	米 じゃがいも	ワカメ 人参 玉ネギ ビーマン きゅうり	鯖の味噌煮 小松菜のおかか和え	
23	火	サンマー麺 ポテトサラダ りんご	お楽しみパン	豚肉 ハム 牛乳	中華麺 じゃがいも パン	玉ネギ 人参 キャベツ 長ネギ きゅうり りんご	すき焼き風煮 アスパラのゴマ和え	
24	水	ごはん スープ(コーン・ベーコン) かぼちゃ卵焼き ナムル風おひたし	にんじん白玉	ベーコン 卵 鶏肉 牛乳	米	コーン かぼちゃ もやし 玉ネギ 小松菜 人参	厚揚げのそぼろあん 酢の物	
25	木	麦ごはん みそ汁(長ネギ・じゃがいも) 鶏の唐揚げ キャベツとワカメの甘酢	お誕生日ケーキ	鶏肉 油揚げ 牛乳 卵	米 麦 じゃがいも	長ネギ キャベツ ワカメ きゅうり 人参	メンチカツ マカロニサラダ	
26	金	ごはん 清まし汁(しめじ・春菊) カジキの西京焼き 春雨サラダ	そらまめ 菓子	カジキ ハム そらまめ 牛乳	米	しめじ 春菊 春雨 きゅうり 人参	ナポリタンスパゲティー コーンサラダ	
27	土	パン トマトシチュー りんご	はっさく 菓子	豚肉 スキムミルク 牛乳	パン じゃがいも	人参 玉ネギ りんご はっさく	-	
28	日							
29	月	ごはん みそ汁(麩・長ネギ) 麻婆豆腐 スティックお野菜	草団子 菓子	麩 豆腐 豚肉 牛乳	米	長ネギ 人参 ニラ きゅうり 大根	鯖の味噌焼き キャベツのおかか和え	
30	火	鶏南蛮 青菜の海苔酢和え はっさく	手作りラスク	鶏肉	うどん 食パン	人参 玉ネギ 長ネギ しいたけ 小松菜 えのき なめこ のり はっさく	ビーマンの肉詰め ひじきサラダ	
31	水	ごはん 中華スープ(チンゲンサイ・春雨) レバーのかりん揚げ マカロニサラダ	フルーツヨーグルト	豚レバー ハム 牛乳 ヨーグルト	米	チンゲンサイ 人参 きゅうり 黄桃 パイン みかん	筑前煮 インゲンのゴマ和え	

* 献立は都合によって変更することがあります。
 * 乳児には9時ごろに朝おやつとして、季節の果物や野菜がでます。
 * 給食では、牛肉・牛エキスを含んだもの、コンソメの使用を中止しています。