



5月献立表

★ 目標 ★
春を楽しもう!
★ 旬の食材 ★
春キャベツ、じゃが芋、たけのこ
アジ、新ごぼう

1日 (土)	和風スパゲティ ベーコン アスパラガス しめじ バター パスタ にんにく
2日 (日)	
3日 (月)	
4日 (火)	コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン セロリ 市販菓子
5日 (水)	
6日 (木)	
7日 (金)	
8日 (土)	

3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)	8日 (土)
健康記念日 	みどりの日 	こどもの日 	豚のケチャップ煮 豚肉 じゃが芋 お豆さんサラダ 大豆 人参 キャベツ ツナ コーン マヨネーズ 鶏のわかめスープ 鶏肉 わかめ 豆腐 人参 玉ねぎ きつねちらし 米 油揚げ 人参 卵 きめさや 牛乳	アジの竜田揚げ アジ 小麦粉 片栗粉 ひじきの煮付け ひじき 油揚げ 人参 もやしの味噌汁 もやし 人参 玉ねぎ 若あゆ風 卵 つぶあん 薄力粉 はちみつ 牛乳	和風スパゲティ ベーコン アスパラガス しめじ バター パスタ にんにく コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン セロリ 市販菓子
10日 (月) 厚揚げの肉みそ炒め 厚揚げ 豚肉 ピーマン 干し椎茸 きゅうりとわかめの酢の物 きゅうり わかめ じゃこ 人参 ほうれん草のかき玉汁 ほうれん草 卵 片栗粉 アロエヨーグルト ヨーグルト アロエ	11日 (火) ポークソテー 豚ロース 玉ねぎ ツナポテトのチーズ焼き じゃが芋 ツナ 玉ねぎ 人参 チーズ マヨネーズ コンソメスープ 人参 玉ねぎ キャベツ コーン メロンパン風トースト バター 薄力粉 食パン 牛乳	12日 (水) お弁当の日 豆腐チャンプルー 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参 棒棒鶏サラダ 鶏むね肉 キャベツ 人参 きゅうり にんにく 生姜 すりごま 春雨スープ 春雨 玉ねぎ 人参 かやくうどん 鶏肉 油揚げ 白菜 人参 ねぎ うどん 牛乳	13日 (木) 他人丼 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく ふ なめこの赤だし なめこ 豆腐 ぶどうゼリー ぶどうジュース カルピス 牛乳	14日 (金) お誕生日会 チキンカツ 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 ごぼうサラダ ごぼう 人参 きゅうり ツナ すりごま マヨネーズ 野菜のカレースープ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン クレープ ホットケーキミックス 卵 牛乳 いちご バター ホイップ チョコソース 牛乳	15日 (土) 牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく 切干大根の味噌汁 切干大根 油揚げ 玉ねぎ 人参 市販菓子
17日 (月) サバの梅煮 サバ 梅干し 生姜 春野菜の炊き合わせ たけのこ 人参 じゃが芋 にんにく さつまいも 高野豆腐 えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ ねぎ カレービーフン ビーフン 玉ねぎ 人参 キャベツ ウインナー 牛乳	18日 (火) 酢豚 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ もやしのナムル チンゲン菜 もやし カニカマ 椎茸の中華スープ 干し椎茸 人参 キャベツ バナナ蒸しパン バナナ ホットケーキミックス 牛乳 卵 牛乳	19日 (水) コーンのシチュー 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン バター チーズ 薄力粉 キャベツのツナソテー キャベツ ツナ 人参 フルーツポンチ 黄桃缶 バイン缶 みかん缶 白玉粉 牛乳	20日 (木) アジの竜田揚げ アジ 小麦粉 片栗粉 ひじきの煮付け ひじき 油揚げ 人参 もやしの味噌汁 もやし 人参 玉ねぎ 豆ごはん 米 玄米 うすいえんどう 牛乳	21日 (金) 豚のケチャップ煮 豚肉 じゃが芋 お豆さんサラダ 大豆 人参 キャベツ ツナ コーン マヨネーズ 鶏のわかめスープ 鶏肉 わかめ 豆腐 人参 玉ねぎ どら焼き つぶあん ホットケーキミックス 卵 牛乳 はちみつ 牛乳	22日 (土) 牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく 切干大根の味噌汁 切干大根 油揚げ 玉ねぎ 人参 市販菓子
24日 (月) 厚揚げの肉みそ炒め 厚揚げ 豚肉 ピーマン 干し椎茸 きゅうりとわかめの酢の物 きゅうり わかめ じゃこ 人参 ほうれん草のかき玉汁 ほうれん草 卵 片栗粉 アロエヨーグルト ヨーグルト アロエ	25日 (火) チキンカツ 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 ごぼうサラダ ごぼう 人参 きゅうり ツナ すりごま マヨネーズ 野菜のカレースープ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン メロンパン風トースト バター 薄力粉 食パン 牛乳	26日 (水) 他人丼 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく ふ 棒棒鶏サラダ 鶏むね肉 キャベツ 人参 きゅうり にんにく 生姜 すりごま 春雨スープ 春雨 玉ねぎ 人参 かやくうどん 鶏肉 油揚げ 白菜 人参 ねぎ うどん 牛乳	27日 (木) 豆腐チャンプルー 木綿豆腐 ベーコン ニラ もやし 卵 人参 ツナポテトのチーズ焼き じゃが芋 ツナ 玉ねぎ 人参 チーズ マヨネーズ コンソメスープ 人参 玉ねぎ キャベツ コーン 市販菓子 いちごホイップサンド 食パン いちごジャム ホイップクリーム 牛乳	28日 (金) ポークソテー 豚ロース 玉ねぎ ツナポテトのチーズ焼き じゃが芋 ツナ 玉ねぎ 人参 チーズ マヨネーズ コンソメスープ 人参 玉ねぎ キャベツ コーン 市販菓子 いちごホイップサンド 食パン いちごジャム ホイップクリーム 牛乳	29日 (土) 和風スパゲティ ベーコン アスパラガス しめじ バター パスタ にんにく コンソメスープ 人参 玉ねぎ コーン セロリ 市販菓子
31日 (月) コーンのシチュー 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン バター チーズ 薄力粉 キャベツのツナソテー キャベツ ツナ 人参 バナナ蒸しパン バナナ ホットケーキミックス 牛乳 卵 牛乳	<p>※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください</p> <p>☆ お弁当の日 ☆ 今月は 12日 (水) です</p> <p>☆ お誕生日会 ☆ 今月は 14日 (金) です</p> <p>2021 西嶺保育園</p>				