



# 5月予定献立



2017年5月  
風の子保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ
1			1日 端午の節句メニュー			
15 ・ 29	月	豆乳 ドリンク	ごはん	タラの野菜あんかけ スナッペンどう 炒り高野豆腐 味噌汁	タラ 片栗粉 キャベツ もやし にんじん スナッペンどう 高野豆腐 豚ひき肉 卵 干し椎茸 <玉ねぎ ワカメ>	お麩のかりんとう(お麩 きな 粉) スティックきゅうり 煮干し
2			2日 お弁当の日			
16	火	じゃが芋	ごはん	肉団子の香り蒸し ほうれん草の昆布和え 五目きんぴら 味噌汁	豚ひき肉 玉ねぎ セロリ パプリカ ほうれん草 もやし 塩昆布 れんこん にんじん しめじ こんにゃく さつま揚げ <大根 えのき>	いなり寿司(米 油揚げ ゴマ) 小松菜の煮浸し 昆布
17 ・ 31	水	大根	ごはん	鶏肉の塩麹焼き さつま芋の白和え ふきの煮物 味噌汁	鶏肉 塩麹 さつま芋 豆腐 ほうれん草 にんじん えのき ゴマ ふき 油揚げ こんにゃく 鰹節 <キャベツ 玉ねぎ>	五平餅(米 小麦粉 卵 ゴマ) アスパラ 煮干し ※31日クッキング
18	木	干し芋	菜めし	かじきの風味焼き かぶの梅おかか和え 厚揚げ炒め 味噌汁	かじき かぶ にんじん 梅干し 鰹節 厚揚げ 豚肉 チンゲン菜 <じゃが芋 玉ねぎ ワカメ>	岩石揚げ(大豆 ひじき 干し エビ 小麦粉 卵) 昆布
19	金	豆乳 ドリンク	ごはん	新じゃがと鶏肉の南蛮酢和え 野菜添え 竹輪の炒り煮 味噌汁	じゃが芋 鶏肉 片栗粉 ネギ レタス きゅうり 竹輪 大根 にんじん <豆腐 ネギ 小松菜>	おにぎり(鰹節) かぶの即席漬け するめ ※くじら組は飯盒炊飯を予定しています。
8 22	月	じゃが芋	ごはん	ポークピカタ 即席漬け がんもと大根の煮物 味噌汁	豚肉 卵 小麦粉 セロリ きゅうり にんじん 塩昆布 がんも 大根 干し椎茸 <ほうれん草 玉ねぎ しめじ>	あんかけ焼きそば(中華麺 海 老 かまぼこ キャベツ もや し) 昆布
9			9日 誕生会メニュー			
23	火	豆乳 ドリンク	ごはん	キャベツハンバーグ 温野菜添え かぶのサラダ 味噌汁	牛豚合びき肉 キャベツ 玉ねぎ 卵 パン粉 じゃが芋 にんじん レタス かぶ きゅうり パプリカ ハム <なめこ 豆腐 ネギ>	あさりごはん(米 あさり にん じん ごぼう 油揚げ) ほうれん草の煮浸し 昆布
10 24	水	大根	ごはん	アジフライ 千切りキャベツ トマト 鶏肉と大豆の五目煮 春雨スープ	アジ 卵 パン粉 キャベツ トマト 鶏肉 大豆 にんじん ごぼう 昆布 <チンゲン菜 椎茸 ネギ 春雨>	じゃが芋のお焼き(じゃが芋 にんじん ベーコン 片栗粉) スナッペンどう 昆布
11 25	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏手羽元のさっぱり煮 ゴマ和え ひじきとツナの炒め煮 味噌汁	鶏肉 小松菜 もやし 油揚げ ゴマ ひじき ツナ キャベツ にんじん <豆腐 玉ねぎ ワカメ>	たまはむごはん(米 卵 ハム ネギ) アスパラ 煮干し
12 26	金	干し芋	菜めし	鮭のちゃんちゃん焼き トマト添え じゃが芋とベーコン炒め 味噌汁	鮭 キャベツ 玉ねぎ もやし にんじん しめじ トマト じゃが芋 ベーコン ピーマン <かぶ もやし 油揚げ>	昆布ごはん(米 刻み昆布 鶏 ひき肉 にんじん) するめ
30	火	さつま芋	ごはん	豆腐ステーキ たたきごぼう ワカメとキャベツの酢の物 かき玉汁	豆腐 小麦粉 豚ひき肉 ネギ ごぼう ゴマ ワカメ キャベツ きゅうり にんじん ツナ <卵 えのき ほうれん草>	大根もち(大根 小麦粉) 清見オレンジ 煮干し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

1日(月)端午の節句メニュー

ちまき風おこわ  
(えんどう豆 豚肉 にんじん 油揚げ 干し椎茸)  
竹輪とさつま芋の天ぷら  
(竹輪 青海苔 さつま芋 小麦粉 卵)  
アスパラと炒り卵の和え物  
(アスパラ もやし にんじん 卵)  
あさりの味噌汁(あさり ワカメ)  
いちご おやつ 柏餅(上新粉 小豆) 昆布

9日(火) 誕生会メニュー(バイキング)

わかめごはん しらすごはん  
ハンバーグ(牛豚合びき肉 豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 しめじ)  
野菜のベーコン巻き(ベーコン アスパラ じゃが芋)  
こんにゃくの炒め煮(こんにゃく 鰹節)  
春野菜のマカロニサラダ  
(マカロニ キャベツ きゅうり にんじん ハム マヨネーズ)  
サラダ菜 ミントマ添え 甘夏 りんご  
おやつ 飾りごはん(鮭 きゅうり にんじん コーン) 昆布

2日(火)  
お弁当の用意をお願いします。

31日(水) 3・4・5歳児クッキング  
子どもたちがおやつに食べる五平餅を作ります。