



# 5月予定献立



2017年5月  
風の子第二保育園

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	月	豆乳 ドリンク	ごはん	タラの野菜あんかけ スナッパえんどう 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 スナッパえんどう 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
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 こんにやく 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	水	大根	ごはん	鶏肉の塩麴焼き さつま芋の白和え ふきの煮物 味噌汁	鶏肉 塩麴 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 こんにやく 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＞	たまはむごはん(米 卵 ハム ネギ) スナッパえんどう 煮干し
19	金	豆乳 ドリンク			19日 お弁当の日	
6	土	干し芋	ごはん	マーボー豆腐 きゅうりの中華和え かき玉汁	豆腐 豚ひき肉 ネギ にんじん きゅうり ゴマ トマト ＜卵 えのき 小松菜＞	/
20	土	干し芋	ごはん	鮭の照り焼き コロコロサラダ きのこ汁	かじき じゃが芋 にんじん きゅうり ハム マヨネーズ ＜えのき しめじ 油揚げ＞	
8	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	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) スナッパえんどう 昆布
11	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＞	おにぎり(鰹節) かぶの即席漬け するめ ※うちゅう組は11日に飯盒炊飯を予定しています。
12	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
13	土	干し芋	ごはん	鶏肉のパン粉焼き きのこサラダ 味噌汁	鶏肉 パン粉 しめじ エリンギ ベーコン レタス きゅうり 黄色ピーマン ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	/
27	土	干し芋	ごはん	豚肉の生姜焼き ツナサラダ 味噌汁	豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり にんじん ツナ ＜豆腐 ネギ ワカメ＞	
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)  
こんにやくの炒め煮(こんにやく 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

**19日(金)**  
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。