



5月予定献立



2022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	
2				2日 端午の節句メニュー			
16	月	豆乳 ドリンク	ごはん	タラのフライ 干切りキャベツ トマト 新じゃが芋のそぼろ煮 ワカメスープ	タラ 小麦粉 パン粉 卵 キャベツ トマト じゃが芋 豚ひき肉 にんじん ネギ ＜ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ＞	磯辺団子(上新粉 刻み海苔) ほうれん草の煮浸し 煮干し	
17	火	干し芋	ごはん	豚肉と玉ねぎのさっぱり焼き たたきごぼう マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 玉ねぎ ごぼう ゴマ マカロニ キャベツ にんじん きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ ＜豆腐 ネギ 小松菜＞	17日じゃが芋のお焼き(じゃが芋 片栗粉)トマト するめ 31日じゃが芋の塩茹で(じゃが芋 青海苔)トマト するめ	
18	水	さつま芋	ごはん	ハンバーグきのこソース オープン焼き にんじんサラダ 味噌汁	牛豚合いびき肉 豆腐 玉ねぎ 片栗粉 ぶなびー じゃが芋 アスパラ にんじん キャベツ きゅうり ツナ 玉ねぎ ＜大根 小松菜＞	えんどう豆ごはん(米 えんどう豆 ハム 玉ねぎ) ブロッコリー 煮干し	
19	木	じゃが芋	ごはん	豆腐のふんわり揚げ ほうれん草のしらす和え ひじきの煮物 味噌汁	豆腐 鶏ひき肉 片栗粉 玉ねぎ れんこん ほうれん草 もやし しらす ひじき にんじん 油揚げ 糸こんにゃく ＜茄子 えのき＞	焼きビーフン(米麹 豚肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ) 昆布	
6	20	金	豆乳 ドリンク	菜めし	鶏肉の塩麴焼き 絹さやとキャベツのおかか和え さつま芋と刻み昆布の煮物 味噌汁	鶏肉 塩麴 絹さや キャベツ 鰹節 さつま芋 刻み昆布 にんじん 油揚げ 糸こんにゃく ＜かぶ 玉ねぎ＞	焼きおにぎりに(米) そら豆 煮干し
7	21	土	干し芋	ごはん	鮭の照り焼き コロコロサラダ 味噌汁	鮭 じゃが芋 にんじん きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ ＜豆腐 玉ねぎ 油揚げ＞	おにぎり(ワカメ) 煮干し
9	23	月	干し芋	ごはん	キャベツしゅうまい きゅうりのパリパリ漬け 切干大根の煮物 味噌汁	豚ひき肉 玉ねぎ キャベツ 片栗粉 しゅうまいの皮 きゅうり 切干大根 にんじん 竹輪 ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	チキンライス(米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン) 昆布
10	火	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉のから揚げ 豆苗の和え物 じゃが芋炒め 味噌汁	鶏肉 片栗粉 豆苗 もやし ツナ じゃが芋 玉ねぎ ベーコン ピーマン ＜キャベツ しめじ＞	おにぎり(ワカメ ゴマ) キャベツときゅうりの即席漬け するめ ※くら組は飯盒炊爨で作ります。	
24				24日 誕生会メニュー			
11	25	水	じゃが芋	ごはん	野菜の肉巻き 梅さっぱり和え ふきの煮物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ 梅干し ふき 油揚げ 糸こんにゃく 鰹節 ＜厚揚げ ほうれん草＞	おにまんじゅう(小麦粉 さつま芋) トマト 煮干し
12	26	木	豆乳 ドリンク	ごはん	カレイの照り焼き 大豆もやしの和え物 肉豆腐 味噌汁	カレイ 大豆もやし 小松菜 ゴマ 焼き豆腐 豚肉 ネギ にんじん 糸こんにゃく ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	ツナ昆布ごはん(米 ツナ 塩 昆布 にんじん) 絹さや 煮干し
13	27	金	さつま芋	ごはん	豚肉と春雨の味噌炒め 茄子のオープン焼き トマトとワカメの酢の物 野菜わん	豚肉 春雨 もやし ネギ にんじん ニラ 茄子 トマト ワカメ きゅうり ＜えのき ほうれん草＞	玉ねぎの衣揚げ(玉ねぎ 小麦粉 片栗粉) アスパラ 煮干し
14	28	土	干し芋	ごはん	鶏のつくね焼き 切干大根サラダ 味噌汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 豆腐 片栗粉 切干大根 きゅうり にんじん ツナ 卵不使用マヨネーズ ＜キャベツ 油揚げ＞	おにぎり(鮭) 昆布

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。

2日(月)
端午の節句メニュー

ちまき風おこわ (もち米 えんどう豆 豚肉
にんじん 油揚げ 干し椎茸)
ししゃもとさつま芋の天ぷら
(子持ちししゃも さつま芋 小麦粉 片栗粉)
春野菜炒め
(アスパラ キャベツ にんじん コーン ベーコン)
すまし汁 (豆腐 生ワカメ)
いちご

おやつ 柏餅(上新粉 小豆) 昆布

12日(木)
きりん・くら組は、遠足の日になりますので
お弁当の用意をお願いします。

17日(火)
ぱんだ組がじゃが芋
のお焼きを作ります。

24日(火) 誕生会メニュー

ワカメしらすごはん (米 ワカメ しらす ゴマ)
鶏ムネ肉のスティック揚げ(鶏ムネ肉 卵不使用マヨネーズ 片栗粉)
野菜のベーコン巻き (ベーコン アスパラ じゃが芋)
キャベツとピーマンのツナ炒め(キャベツ ピーマン ツナ)
春雨サラダ (春雨 きゅうり もやし にんじん ハム)
甘夏 メロン

おやつ 飾りごはん(鮭 きゅうり にんじん コーン) 昆布