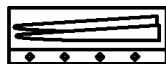




5月予定献立



2021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
17 ・ 31	月	さつま芋	ごはん	和風ハンバーグ照り焼きソース 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 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 えのき＞	五目おこわ(もち米 鶏肉 にんじん 干し椎茸 油揚げ 糸こんにゃく) ほうれん草の煮浸し 昆布
18	火	豆乳 ドリンク	菜めし	豆腐のまさご揚げ かぶの甘酢漬け マカロニサラダ 味噌汁	豆腐 鶏ひき肉 じゃこ 片栗粉 かぶ にんじん マカロニ きゅうり キャベツ ハム 卵不使用マヨネーズ ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	ゴマだれ団子(上新粉 黒ゴマ 白ゴマ) 絹さや 煮干し
19	水	干し芋	ごはん	野菜の肉巻き 小松菜と大豆もやしのナムル じゃが芋炒め 味噌汁	豚肉 大根 にんじん 小松菜 大豆もやし ゴマ じゃが芋 玉ねぎ ベーコン ピーマン ＜豆腐 ネギ 油揚げ＞	えんどう豆ごはん(米 えんどう豆 ハム 玉ねぎ) キャベツの煮浸し 昆布
6 20	木	じゃが芋	ごはん	アジフライ 千切りキャベツ トマト 肉豆腐 味噌汁	アジ 小麦粉 パン粉 キャベツ トマト 豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 糸こんにゃく ＜大根 ほうれん草＞	6日おにぎり(米 ワカメ ゴマ) きゅうりの即席漬け するめ ※くじら組は飯盒炊爨で作ります。 20日いなり寿司 きゅうりの即席漬 け 煮干し
7 21	金	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉の味噌焼き きゅうりの梅さっぱり和え 大豆と刻み昆布の煮物 ワカメスープ	鶏肉 きゅうり 梅干し 大豆 にんじん 刻み昆布 油揚げ 糸こんにゃく ＜ワカメ ネギ 春雨 ゴマ＞	新じゃが芋の塩茹で(じゃが芋 青海苔) キャベツの即席漬け 煮干し
10 24	月	豆乳 ドリンク	ごはん	新じゃが芋と鶏肉の南蛮酢和え 野菜添え 切干大根の煮物 味噌汁	じゃが芋 鶏肉 片栗粉 ネギ レタス きゅうり トマト 切干大根 にんじん 油揚げ ＜玉ねぎ しめじ ワカメ＞	焼きうどん(うどん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 鰹節) 昆布
11 25	火	干し芋	ごはん	キャベツしゅうまい 豆苗和え ふきの煮物 味噌汁	豚ひき肉 玉ねぎ キャベツ しゅうまいの皮 豆苗 もやし にんじん ツナ ふき 油揚げ 糸こんにゃく 鰹節 ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	じゃが芋のお焼き(じゃが芋 片栗粉) スナックえんどう するめ
12 26	水	さつま芋	菜めし	白身魚の包み焼き 絹さやとキャベツのおかか和え 新じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁	カレイ えのき 玉ねぎ ベーコン 絹さや キャベツ 鰹節 じゃが芋 豚ひき肉 にんじん ネギ ＜かぶ もやし 油揚げ＞	焼きおにぎり(米) 小松菜の煮浸し 煮干し
13	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉の衣揚げ ごぼうとにんじんのゴマ味噌煮 ワカメと春雨のサラダ 野菜わん	鶏肉 小麦粉 片栗粉 ごぼう にんじん ゴマ ワカメ 春雨 きゅうり レタス ハム ＜えのき もやし ニラ＞	ツナ昆布ごはん(米 ツナ 塩 昆布 にんじん) アスパラ 煮干し
27	27日 誕生会メニュー					
14 28	金	じゃが芋	ごはん	豚肉の生姜焼き ほうれん草のしらす和え がんも 大根の煮物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ ほうれん草 もやし にんじん しらす がんも 大根 干し椎茸 ＜キャベツ 油揚げ＞	おにまんじゅう(小麦粉 さつま芋) きゅうりの即席漬け 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。

11日(火)

ぱんだ組がじゃが芋のお焼きを作ります。

20日(木)

きりん・くじら組は、遠足の日になりますのでお弁当の用意をお願いします。



27日(木) 誕生会メニュー

ワカメごはん 梅しらすごはん
 鶏のスティック揚げ(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 ゴマ)
 春雨サラダ(春雨 きゅうり もやし にんじん ハム)
 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)

