



5月
給食献立予定表



😊 手作りおやつの日
 ♡ スプーンを使うメニュー
 ☆ 新メニュー
 ★ コップとお箸は、毎日持たせてください。
 よろしくお祈りします！

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	主食	副食	材料	3時のおやつ
1	月	お茶 卵ぼうろ	ご飯	鶏肉と根菜のポトフ 空豆とイカの卵炒め 林檎	鶏肉 大根 人参 ごぼう じゃが芋 玉葱 にんにく ニラ キャベツ 空豆 卵 白葱 きくらげ 林檎 スキムミルク南瓜生クリーム豆乳クリーム 他	スキムミルク ☆スイート人参/南瓜😊
2	火	お茶 せんべい	茶飯	ちくわの大葉揚げ 緑黄色野菜サラダ 山芋とお豆のスープ	緑茶 米 ちくわ大葉さしみブロッコリー 南瓜 水菜 アスパラガス 山芋 ひよこ豆玉葱ホールトマト缶干しぶどうバナナ苺生クリーム豆乳クリーム	スキムミルク 鯉のぼりケーキ😊
6	土	お茶 ポン菓子	ご飯	はんぺんとチーズのオムレツ 根菜サラダ 梅にゆうめん	はんぺん プロセスチーズ 豆腐 コーン 卵 パセリ ケチャップ 蕪根 人参 水菜 すりごま マヨネーズ そうめん イリコ 昆布 小ねぎ 他	お茶 おかし
8	月	お茶 ミニケーキ	ご飯	旬野菜のシチュウ ひじきの金平 オレンジ	鶏肉 玉葱 じゃが芋 人参 アスパラガス キャベツ ひじき ごぼう 人参 鶏挽肉 オレンジ 牛 牛乳 粉寒天 米他	スキムミルク😊 ☆イチゴ牛乳寒天/せんべい
9	火	牛乳 黒棒	麺	スパゲティミートソース アスパラとパプリカのサラダ キャベツとワカメのスープ	合挽き肉 玉葱 人参 ホールトマト缶 にんにく スパゲティパセリしめじ パプリカじゃが芋エビアスパラエリンギキャベツワカメグリーンピース他	お茶 グリーンピースおにぎり😊
10	水	お茶 パイ	ご飯	魚の塩焼き 白和え 旬野菜の押し麦スープ	魚 大根 アスパラガス 人参 エリンギ 糸こんにやく 豆腐 すりごま 押し麦 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう さやえんどう ささみ パン 他	牛乳😊 ごぼうサラダコップパン😊
11	木	お茶 ビスケット	ご飯	もやしどっさりつくね 塩南瓜サラダ レタススープ	もやし 鶏挽肉 豆腐 卵 小ねぎ ベーコン じゃが芋 卵 ブロッコリー 空豆 レタス さやえんどう 生椎茸 昆布 ブルーベリージャム苺ジャム他	スキムミルク😊 ジャムサンドクラッカー
12	金	お茶 せんべい	ご飯	塩麻婆豆腐 伴三糸系 粟米湯	鶏挽肉 玉葱 小松菜 白葱 豆腐 にんにく 生姜 春雨 鶏むね肉人参 胡瓜 きくらげ コーン 卵 ハム 小ねぎ 林檎バナナパイキウイ 他	フルーツヨーグルト😊
13	土	お茶 バームクーヘン	ご飯	キャベ卵 ポテトサラダ ニラともやしの味噌スープ	魚肉ソーセージ キャベツ 玉葱 卵 じゃが芋 水菜 ハム 人参 コーン マヨネーズ ニラ もやし 豚挽き肉 みそ 他	お茶 おかし
15	月	お茶 クッキー	ご飯	チキンカツ イカと胡瓜の和え物 豆乳の味噌汁	鶏肉 パン粉 イカ 胡瓜 トマト にんにく 豆乳 玉葱 キャベツ 人参 しめじ 小ねぎ 昆布かつお節 黄粉 スキムミルク 米 他	スキムミルク😊 わらびもち😊
16	火	牛乳 丸ぼうろ	麺	スタミナうどん 根菜の煮物 パイナップル	牛挽肉 ニラ 人参 しいたけ 昆布 うどん ごぼう 蓮根 人参 山芋 板こんにやく 生椎茸 絹さや ちりめんじゃこ 小ねぎ 他	お茶 揚げじゃこおにぎり😊
17	水	お茶 ポン菓子	ご飯	魚のムニエル ホクホク野菜サラダ 沢煮椀	魚 パター南瓜さつま芋ブロッコリープロセスチーズハムマヨネーズ 豚挽き肉 水菜 エノキ 人参 昆布 牛乳 食パン 豆乳 黄粉 他	牛乳😊 豆乳きなこフレンチトースト
18	木	お茶 せんべい	ご飯	アスパラとじゃが芋のチーズ焼き ひじきと高野豆腐の煮物 あさりとニラのスープ	アスパラガス じゃが芋 ベーコン 玉葱 しめじ チーズ ひじき 蓮根 人参 いんげん豆 高野豆腐 天ぷら あさり ニラ 春雨 スキムミルク他	スキムミルク おかし
19	金	お茶 ミニケーキ	ご飯	ヘルシーメニュー (五目煮 味噌汁 手作り梅干し)	大豆 ごぼう 人参 里芋 板こんにやく 絹さや 椎茸 キャベツ 玉葱 ずしあげ ワカメ イリコ 昆布 エノキ 粉乳おから 黒ゴマ パター他	スキムミルク😊 黒ゴマおからクッキー
20	土	お茶 ビスケット	ご飯	ニラ卵 人参とこんにやくの金平 エノキとワカメの清汁	にら もやし 豚挽き肉 玉葱 卵 人参 こんにやく 生椎茸 ゴマ えのき ワカメ かつお節 昆布 他	お茶 おかし
22	月	お茶 クラッカー	ご飯	豆腐のゴマ揚げ 玉葱とワカメの和風サラダ だご汁	豆腐 生姜 にんにく ゴマ 玉葱 ワカメ 胡瓜 塩昆布 カイワレ大根 ゴマ大根人参ごぼうもやし里芋小ねぎ イリコ 昆布 スキムミルク他	スキムミルク😊 ポップコーン
23	火	お茶 卵ぼうろ	ご飯	カレーグラタン ☆しらすとアスパラの胡麻和え ☆レタスときらげのスープ	鶏肉 玉葱 ブロッコリー じゃが芋 ベンネトマト パセリ カレールー チーズ じゃこ アスパラ 人参 法連草 ゴマレタスきくらげ卵粉乳 他	スキムミルク おかし
24	水	お茶 クッキー	ご飯	魚の梅味噌焼き 蓮根デリ風サラダ 野菜スープ	魚 梅肉 すりごま 蓮根 水菜 卵 南瓜 枝豆 エビマヨネーズレモン ヨーグルト玉葱スナップエンドウセロリ小松菜昆布豚肉キャベツもやし卵他	牛乳😊 お好み焼😊
25	木	牛乳 丸ぼうろ	麺	和風ラーメン 旬野菜の煮物 バナナ	ササミきくらげ天ぷら水菜白葱かつお節中華めんふき じゃが芋 生椎茸人参こんにやくごぼう アスパラ 鮭フレーク コーン他	お茶😊 ☆アスパラと鮭のおにぎり
26	金	お茶 せんべい	ご飯	揚げ出し豆腐 じゃことトマトの和え物 生姜とキャベツのスープ	豆腐大根小ねぎかつお節 トマト ちりめんじゃこ 胡瓜 キャベツ 生姜 玉葱 しめじ 人参 粉乳 カルピス他	スキムミルク😊 カルピス蒸しパン😊
27	土	お茶 クラッカー	ご飯	ふわふわ卵の野菜あんかけ 金平ごぼう あさりの味噌汁	卵玉葱 豆腐 エリンギ 小松菜 人参 かつお節 ごぼう 人参 白ゴマ あさり 小ねぎ 他	お茶 おかし
29	月	牛乳 ビスケット	麺	ちゃんぽん 厚揚げと大根の煮物 林檎	豚肉 キャベツ もやし 人参 きくらげ かまぼこ 中華めん 厚揚げ豆腐 大根 かつお節 林檎 米 ワカメ 他	お茶😊 ワカメおにぎり
30	火	お茶 せんべい	ご飯	ハッシュドビーフ アスパラとエビのクリームペンネ パナナ	牛肉玉葱人参しめじデミグラスソース エビ アスパラガス パプリカ ペンネ生クリームマヨネーズレモン汁バナナ小豆 団子粉 他	スキムミルク😊 冷やしあん団子😊
31	水	お茶 ミニケーキ	ご飯	魚の蒲焼風 お豆の白和え 味噌汁	魚法蓮草豆腐金時豆大豆スナップエンドウ玉葱キャベツワカメ イリコ 昆布 高等パン スキムミルク 牛乳 レモン汁 他	ラッシー 黒糖パン

材料の都合により、献立の変更をすることがあります。 江上保育園



たんびせく うまひ
 「端午の節句」・・・「端」とは「はじめ」「午」は「午の日」という意味で「端午」はもともと
 5月最初の午の日の事でした。のちに「午」と「五」の音が同じことから5月5日を
 「端午の節句」とし邪気払いをするようになりました。
 1948年に5月5日に「こどもの日」となり、「子どもの人格を重んじ、子どもの幸福を
 はかるとともに母に感謝する日」とされています。



旬の食材・・・アスパラガス・きくらげ・キャベツ・グリーンピース・ごぼう・さやえんどう・椎茸・じゃが芋・空豆・筍・山芋・にんにく
 ふき・レタス・イチゴ・キウイフルーツ・さわら・しらす・いか・たこ・ワカメ他