

# 令和3年度 5月給食献立表

聖母のさゆり保育園

日にち	曜日	昼食	おやつ	主な食材			その他
				血・骨・肉をつくるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	調味料等
11	火	混ぜご飯 松風焼き 即席漬け 清汁 果物 お茶	柏餅(幼児) どら焼き(乳児) 牛乳	油揚げ 鶏挽肉 豆腐 味噌 チーズ かまぼこ 小豆 牛乳	米 こんにやく 三温糖 油 片栗粉 ホットケーキミックス 柏餅	人参 舞茸 玉葱 しいたけ 生姜 キャベツ きゅうり 小葱	醤油 みりん お好みソース 鰹節 塩
10	月	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 果物 牛乳	きつねうどん お茶	豚肉 油揚げ 牛乳	米 油 三温糖 うどん	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー きゅうり 長葱	ハヤシルウ 酢 塩 昆布 醤油 みりん
24		白飯 白身魚の味噌香味焼き 青菜のしらす和え 清汁 果物 お茶	どら焼き 牛乳	白身魚 味噌 しらす 麩 小豆 牛乳	米 油 三温糖 ホットケーキミックス	生姜 長葱 小松菜 きゅうり 人参 小葱	醤油 みりん 鰹節 塩
12	水	チキンとアスパラのクリームスパゲティ コーンサラダ 果物 牛乳	おかかおにぎり お茶	鶏ささみ 糸かつお 牛乳	スパゲティ バター 小麦粉 油 三温糖 米 胡麻	玉葱 アスパラ エリンギ キャベツ 人参 きゅうり コーン	コンソメ 塩 醤油 酢
26		白飯 五目ひじき煮 キャベツの塩もみ 味噌汁 果物 お茶	きなこクッキー 牛乳	豚肉 ひじき 大豆 味噌 卵 きな粉 牛乳	米 油 三温糖 じゃが芋 バター 小麦粉 粉糖	人参 蓮根 キャベツ きゅうり 絹さや	醤油 みりん 塩 煮干し
13	木	パン 鮭のムニエル ココロサラダ 果物 牛乳	春雨スープ(14日) チョコバナナカップケーキ(28日)お茶	生鮭 鶏肉 卵(28日) 牛乳	パン バター 小麦粉 じゃが芋 油 春雨	きゅうり 人参 白菜 ニラ しいたけ	塩 マヨドレ 鶏ガラ 醤油 ココアパウダー ベーキングパウダー
28		かき玉うどん 切り干し大根煮 果物 お茶	パームクーヘン 牛乳	鶏肉 卵 油揚げ 牛乳	うどん 三温糖 片栗粉 油 パームクーヘン	長葱 えのき ほうれん草 人参 切り干し大根	昆布 醤油 塩 みりん
1 15	土	ゆかりごはん 鮭の胡麻焼き もやしのおかか和え 清汁 果物 お茶	フレンチトースト 牛乳	生鮭 糸かつお 豆腐 卵 牛乳	米 三温糖 胡麻 食パン	もやし 小松菜 人参 えのき	ゆかり 醤油 みりん 鰹節 塩
29		チャーハン 中華風サラダ チンゲン菜のスープ 果物 お茶	りんごゼリー ビスケット 牛乳	豚ひき肉 卵 鶏ささみ ゼラチン 牛乳	米 油 ごま油 三温糖 りんごジュース ビスケット	長葱 椎茸 グリーンピース 人参 きゅうり キャベツ 玉葱 青梗菜	塩 醤油 酢 鶏ガラ
17	月	わかめうどん 厚揚げと絹さやの卵とじ 果物 牛乳	南瓜チーズボール お茶	鶏肉 わかめ 厚揚げ 卵 チーズ 牛乳	うどん 三温糖 油 片栗粉	玉葱 人参 ほうれん草 絹さや 南瓜	醤油 塩 昆布
18		白飯 白身魚の野菜あんかけ 蓮根入りサラダ 味噌汁 果物 お茶	ピーチケーキ 牛乳	白身魚 味噌 卵 牛乳	米 油 三温糖 片栗粉 胡麻 バター 小麦粉	玉葱 人参 えのき 蓮根 キャベツ きゅうり 小松菜 もやし 桃缶	醤油 みりん 酢 煮干し ベーキングパウダー
6	木	パン マーマレードチキン 野菜ソテー 果物 牛乳	五目おこわ お茶	鶏肉 油揚げ 牛乳	パン 三温糖 マーマレード バター 米 もち米 油	にんにく キャベツ 玉葱 人参 アスパラ しめじ 荀水煮 いんげん	醤油 みりん 塩 顆粒だし
21		鶏そぼろ丼 胡麻ドレサラダ 清汁 果物 お茶	せんべい 牛乳	鶏挽肉 卵 味噌 牛乳	米 油 三温糖 胡麻 せんべい	生姜 絹さや きゅうり 人参 もやし かぶ	醤油 みりん マヨドレ 酢 鰹節 塩
7	金						
22	土						

今月の使用予定果物:メロン 小玉すいか オレンジ パナナ グレープフルーツ \* 献立は諸事情により変更になる場合があります

\* 1・2歳児は9時半に補食で牛乳を飲んでます \* すずらん組は発育に合わせて軟飯・刻み食になります