



5月の献立表予定



認定こども園 青葉保育園

日	曜	献立	材 料	3時おやつ	材 料	10時おやつ
1	土	とんこつ風豆乳ラーメン ぶろっ昆布	豚肉 もやし 卵 かまぼこ ねぎ ラーメン玉 鶏ガラ 鶏ガラスープの素 にんにく 豆乳/ブロッコリー キャベツ 塩昆布	塩バターパン		ぱりんこせんべい
6	木	松風焼き キャベツの和え物 たぬき汁	鶏ひき肉 木綿豆腐 味噌 玉葱 人参 パン粉 炒りごま 青のり/キャベツ きゅうり 人参 しらす コーン 胡麻ポン酢/さつま揚げ こんにやく ささがき ごぼう 人参 大根 油揚げ 長ネギ 生姜 片栗粉 ねぎ	オレンジ 源氏パイ		ハーベスト
7	金	ぶりの照焼き ひじきのサラダ さつま汁	ぶり/ひじき 人参 きゅうり キャベツ ちくわ コーン マヨネーズ/鶏もも 肉 干し椎茸 人参 大根 里芋 油揚げ ごぼう 味噌 小葱	★イチゴババロア	いちごババロアの素 牛乳	丸ボーロ
8	土	ツナと大根のスパゲティー 白菜のおかか和え	大根 ツナ 刻み海苔 小葱 バター スパゲティー類 オリーブオイル/ 白菜 人参 かつお節	カルピス クリームパン		星たべよ
10	月	味噌バター豚丼 野菜スープ ゼリー	米 豚肉 味噌 ニンニク バター 小松菜 コーン缶/キャベツ 人参 玉 ねぎ ごぼう じゃが芋 ベーコン ねぎ/ゼリー	★大学芋	さつま芋 胡麻	野菜家族
11	火	とんかつ 温野菜 味噌汁	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 ウスターソース ケチャップ/キャベツ 黄パ プリカ 赤パプリカ きゅうり マヨネーズ トマト/豆腐 わかめ えのき 人 参 かぼちゃ ねぎ 味噌 いりこ	バームクーヘン		えび小丸
12	水	高野豆腐の煮物 青菜の納豆和え 果物(桃缶)	鶏肉 高野豆腐 干し椎茸 人参 白菜 深ネギ かまぼこ たけのこ ね ぎ 卵 片栗粉/ほうれん草 小松菜 キャベツ 人参 ひじき ひきわり納 豆 刻み海苔/黄桃缶	★黒糖きな粉ラスク	食パン 黒糖 きな 粉	ミニドーナツ
13	木	さわらの西京焼き きんぴらごぼう かきたま汁	さわら 味噌/ささがきごぼう 人参 いんげん ごま油 胡麻/サリナス わかめ カニ棒 キャベツ 卵 ねぎ	バナナ ミルクかりんとう		クラッカー
14	金	焼きビーフン 豆腐とわかめスープ	豚肉 ビーフン キャベツ 玉葱 人参 ピーマン かまぼこ 竹輪 卵 ニ ラ /豆腐 わかめ 人参 玉葱 ねぎ 胡麻	お茶 ★鮭と枝豆のおにぎ り	米 鮭フレーク むき 枝豆	ホームパイ
15	土	カレーうどん ツナサラダ	うどん玉 豚肉 玉葱 人参 深ネギ カレールウ/キャベツ きゅうり カ ニ棒 ツナ ごまドレ	チョコスティックパン		Caせんべい
17	月	マーボー丼 春雨の酢の物 果物(キウイ)	合挽肉 豆腐 玉葱 人参 きくらげ 椎茸 深ネギ ニラ 中華の素 ニン ニク ごま油 片栗粉/春雨 レタス わかめ きゅうり 人参 カニ棒/キウ イ	★じゃがバター	じゃが芋 バター 片 栗粉 刻み海苔 じゃこ	ハッピーターン
18	火	ハンバーグ アスパラとポテトのサラダ 青菜のクリームスープ	合挽肉 豆腐 玉ねぎ 人参 パン粉 卵 ケチャップ/アスパラ じゃが芋 人参 きゅうり コーン マヨ トマト/ほうれん草 白菜 玉ねぎ 人参 ベーコン 牛乳 ホワイトソース	ミロ ホームパイ		Caウエハース
19	水	根野菜のごま味噌煮 ちくわの炒め物 ふりかけ	豚肉 里芋 じゃが芋 人参 大根 ごぼう れんこん 厚揚げ こんにやく ねぎ 味噌 すりごま/竹輪 小松菜 ほうれん草 人参 コーン ごま油/ ふりかけ	★フルーツヨーグルト	桃缶 みかん缶 バ ナナ ヨーグルト 砂 糖	動物ビスケット
20	木	アジの甘酢あんかけ 添え野菜 なすの味噌汁	アジ 片栗粉 玉葱 人参 えのき たけのこ ネギ ケチャップ 片栗粉/ ブロッコリー/豆腐 ナス 油揚げ 白菜 ねぎ いりこ 味噌	バナナ 熟成サラダ		ビスコ
21	金	お子様ランチ メイン:生姜焼き 汁物:青さ汁 果物:メロン	豚肉 生姜 玉葱 人参 ピーマン/あおさのり 豆腐 椎茸 人参 ねぎ/じゃが 芋 きゅうり 人参 キャベツ コーン マヨ/スパゲ けチャ/ウインナー ブロッ コリー グリーンリーフ ミント/メロン/プリン/ふりかけ	ケーキ(いちご)		ベジタブル
22	土	担々麺 キャベツの浅漬け	中華麺 鶏ガラ 鶏ガラ粉 にんにく 練りごま すりごま 合挽肉 玉葱 青梗菜 卵 ねぎ/キャベツ 人参 浅漬けの素	ヤクルト アスターパン		しるこサンド
24	月	チキンカレー 青菜の胡麻和え 果物(パイン)	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 カレールウ/小松菜 ほうれん草 人参 きゅうり カニ棒 すりごま/パイン缶	★ツナトースト	食パン ツナ コーン マヨ	キャラメルコーン
25	火	やみつきチキン コールスローサラダ 豆乳スープ	鶏もも肉 ケチャップ にんにく マヨ パセリ/きゃべつ 人参 きゅうり コーン ハム マヨ トマト/白菜 人参 じゃが芋 ベーコン 豆乳 ねぎ	りんご えびせん		ハーベスト
26	水	肉じゃが ツナとマカロニのサラダ 果物(黄桃)	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにやく 大豆 インゲン ねぎ/マカロ ニ きゅうり 人参 キャベツ コーン ツナ マヨ/黄桃缶	★ポップコーン	ポップコーン 油	動物ヨーチ
27	木	魚のパン粉焼き 青菜と揚げの煮びたし 里芋の味噌汁	メルルーサ マヨ パン粉 粉チーズ 生パセリ にんにく/ほうれん草 小 松菜 人参 薄揚げ/里芋 白菜 豆腐 ネギ 味噌 いりこ	ミロ アスパラガスビスケット		アンパンマン せんべい
28	金	オレンジ鶏 なめたけ和え コンソメスープ	鶏肉 オレンジジュース 片栗粉/小松菜 サリナス 人参 キャベツ 味 付けなめたけ/玉ねぎ 人参 白菜 ベーコン ねぎ	★マカロニあべかわ	マカロニ きな粉	バタークッキー
29	土	ナポリタン 卵スープ	スパゲ ベーコン 玉葱 人参 ピーマン しめじ ケチャップ/卵 わかめ しいたけ サリナス ねぎ 片栗粉	ふんわりロール		おにぎり せんべい
31	月	ハヤシライス もやしのナムル 果物(バナナ)	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ ハヤシライスルウ/もやし ほうれん 草 人参 ツナ きゅうり 胡麻 ごま油 鶏ガラ粉/バナナ	★ブルーベリーマフィン	ブルーベリージャム HM粉 卵 牛乳 マーガリン 砂糖	クラッカー

端午の節句の食べ物

関西・ちまき

厄除けや無病息災を願って食べられる縁起のいいものです。

関東・柏餅

子孫繁栄の縁起物として食べられています。

鹿児島・あくまき

宮崎県や熊本県の人吉地方でも食べられています。灰汁でつけたもち米を竹の皮で包み灰汁で炊きます。地元の人たちはちまきと呼びます。

八十八夜

立春から数えて88日で、
2020年は5月1日です。

八十八夜に摘んだ新茶を飲むと病気に
ならないといわれています。

※10日は白ご飯はいりません。
★の日は手作りおやつです。

