



5月献立表



日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (土)	チンジャオロースどん 牛乳 あつあげのみそしる デザート(プリン)	こめ・ぎゅうにゅう・ぎゅうももにく・さけ・しょうゆ・しょうが・あぶら・ピーマン・にんじん・たまねぎ・たけのこ・しいたけ・みりん・しお・かたくりこ・あつあげ・あおな・みそ・にぼし	菓子類 せんべい	パンケーキ
6 (木)	むぎごはん・牛乳 ごもくきんぴら くろかわかぼちゃの みそしる くだもの(オレンジ)	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・ごぼう・ちくわ・にんじん・いとコンニャク・いんげん・ごまあぶら・さとう・しょうゆ・さけ・しろごま・くろかわかぼちゃ・あぶらあげ・たまねぎ・えのき・ニラ・にぼし・だしじる・みそ・オレンジ	菓子類 ビスケット	ももかん せんべい
7 (金)	いなりずし・牛乳 ココロたつたあげ ゆかりあえ すましじる	こめ・にんじん・しろごま・あぶらあげ・にぼしだし・さとう・しょうゆ・みりん・ぎゅうにゅう・さば・しょうが・さけ・かたくりこ・あぶら・キャベツ・きゅうり・ゆかりこ・たまねぎ・かまぼこ・えのき・ねぎ・にぼし	菓子類 カルシウム おかし	バナナマフィン
8 (土)	ごまじゃこおにぎり 牛乳 やきうどん わかめスープ	こめ・ぎゅうにゅう・しらすぼし・しろごま・ゆかりこ・うどん・ぶたももにく・たまねぎ・にんじん・キャベツ・ちくわ・ほししいたけ・あぶら・ウスターソース・やきそばソース・わかめ・もやし・ねぎ・しょうゆ・みりん・にぼし	菓子類 クッキー	フルーツムース ビスケット
10 (月)	むぎごはん・牛乳 しんじゃがのにももの トマトのあまずつけ ほうれんそうのみそしる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・じゃがいも・ベーコン・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん・さけ・トマト・パセリ・す・ほうれんそう・あぶらあげ・とうふ・ねぎ・みそ・にぼし	菓子類 かりんとう	アメリカン ドッグ
11 (火)	むぎごはん・牛乳 とうふハンバーグ コールスローサラダ かにかまのすましじる	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたミンチ・とうふ・おから・にんじん・たまねぎ・たまご・みそ・しょうが・さけ・かたくりこ・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう・キャベツ・コーン・マヨネーズ・す・かにかま・わかめ・みつば・しょうゆ	菓子類 せんべい	グレープ ゼリー おかし
12 (水)	ロールパン・牛乳 みそラーメン ポークシューマイ あまずキャベツ	ロールパン・ぎゅうにゅう・ちゅうかめん・ぶたももにく・たけのこ・にんじん・もやし・コーン・ねぎ・しょうが・にんにく・とりがら・とんこつ・みそ・しょうゆ・さけ・ぶたにく・たまねぎ・パンこ・でんぶん・さとう・こむぎこ・みずあめ・キャベツ・きゅうり・ごま・す・レモンかじゅう	菓子類 クラッカー	カレーコーン ピラフ
13 (木)	むぎごはん・牛乳 かつおのケチャップ ソースがらめ ゆでやさい かきたまスープ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・かつお・しょうゆ・さけ・しょうが・にんにく・かたくりこ・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう・みりん・キャベツ・にんじん・えのきたけ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・たまご・にぼし	菓子類 あられ	かりんとう リンゴジュース
14 (金)	むぎごはん・牛乳 ぶたにくとはるさめの いために ほうれんそうのなっとう あえ てづくりぶどうゼリー	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・りょくとうはるさめ・たまねぎ・あかピーマン・ニラ・しいたけ・しょうが・あぶら・さとう・しょうゆ・さけ・かたくりこ・ほうれんそう・にんじん・ひきわりなっとう・もみのり	菓子類 カルシウム ヨーグルト	メロン トースト
15 (土)	タコライス・牛乳 コーンスープ くだもの(バナナ)	こめ・ぎゅうにゅう・あいびきにく・たまねぎ・ダイストマト・カレーこ・ケチャップ・さとう・ウスターソース・レタス・トマト・チーズ・カーネルコーン・クリームコーン・にんじん・パセリ・しょうゆ・バナナ	菓子類 せんべい	のむヨーグルト クッキー
17 (月)	あかかぶあおなごはん 牛乳 かぼちゃのそぼろに はくさいのみそしる	こめ・あかかぶあおなごはんのもと・ぎゅうにゅう・かぼちゃ・ぶたミンチ・にんじん・たまねぎ・いんげん・さとう・しょうゆ・みりん・かたくりこ・にぼし・はくさい・えのきたけ・みそ	菓子類 カルシウム おかし	フライドポテト
18 (火)	むぎごはん・牛乳 すぶた はるさめスープ フルーツポンチ	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・しょうゆ・さけ・にんにく・かたくりこ・あぶら・たけのこ・にんじん・ピーマン・たまねぎ・しいたけ・さとう・す・ケチャップ・りょくとうはるさめ・わかめ・もやし・ねぎ・しょうゆ・みりん・にぼし・みかん・パイナップル・フルーツカクテル	菓子類 ビスケット	かえりとだいず のあげに
19 (水)	ロールパン・牛乳 キャツナパスタ ごぼうサラダ そえプチトマト	ロールパン・ぎゅうにゅう・カットスパゲティ・まぐろフレークあぶらづけ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・あぶら・ニンニク・しょうゆ・みりん・きざみのり・ごぼう・きゅうり・かにかまぼこ・コーン・みそ・マヨネーズ・れもんかじゅう・プチトマト	菓子類 たまご ポーロ	ヨーグルト ケーキ

20 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぎゅうももにく・キャベツ・もやし・にんじん・ニラ・ピーマン・ごまあぶら・やきにくのたれ・さけ・みりん・しろごま・かたくりこ・たまご・わかめ・みつば・しょうゆ・にぼし・オレンジ  	菓子類 せんべい	ジャムサンド 
	ぎゅうにくとキャベツのプルコギ			
	たまごスープ			
	くだもの (オレンジ)			
21 (金)	まめごはん・牛乳	こめ・えんどうまめ・しらすぼし・さけ・ぎゅうにゅう・さわら・みそ・みりん・さとう・あぶら・ひじき・しらたき・しょうゆ・にんじん・ほうれんそう・とうふ・しろごま・みそ・わかめ・えのき・たまねぎ・ねぎ・にぼし	菓子類 かりんとう	フルーツ ポンチ
	さかなのさいきょうやき			
	ひじきのしらあえ			
	えのきのスープ			
24 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・にんじん・たまねぎ・セロリ・しいたけ・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん・ちくわ・きゅうり・もやし・マロニー・す・たけのこ・あぶらあげ・わかめ・ねぎ・みそ・にぼし  	菓子類 ビスコ	デラウェア まるポーロ 
	ぶたにくとセロリのあまからいため			
	ちくわのすのもの			
	たけのこのみそしる			
25 (火)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・うどん・とりにく・かまぼこ・さんさいみず・しいたけ・ねぎ・にんじん・にぼし・かつおぶし・しょうゆ・ほうれんそう・せんぎりだいこん・ツナ・す・さとう・しろごま 	菓子類 あられ	きなこ ドーナツ
	さんさいうどん			
	せんぎりだいこんのさっぱりサラダ			
	ゆかりごはん			
26 (水)	かぼちゃコロツケ	こめ・ゆかりこ・ぎゅうにゅう・かぼちゃ・あいびきにく・たまねぎ・パンこ・あぶら・たまご・こむぎこ・ベーコン・レタス・きゅうり・コーン・マヨネーズ・レモンかじゅう・こなチーズ・にんじん・キャベツ・パセリ・しょうゆ・クリームソーダふうゼリー	菓子類 クッキー	ビスケット ジュース
	シーザーサラダ			
	やさいスープ			
	クリームソーダふうゼリー			
	むぎごはん・牛乳			
27 (木)	さかなのみそに	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さば・だいこん・にんじん・しょうが・さとう・しょうゆ・みりん・みそ・かまぼこ・しめじ・ほうれんそう・えのき・わかめ・ねぎ・にぼし	菓子類 ビスケット	豆乳ゼリーいちごソースかけ
	きのごスープ			
	むぎごはん・牛乳			
28 (金)	とりにくとゴーヤのあげに	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりにく・さけ・かたくりこ・じゃがいも・ゴーヤ・あぶら・しょうゆ・す・さとう・みりん・みずあめ・しろごま・ニラ・ちくわ・にんじん・わかめ・たまご・にぼし・オレンジ  	菓子類 せんべい	ホットケーキ (メープル)
	にらいきかきたまじる			
	くだもの (オレンジ)			
	むぎごはん・牛乳			
29 (土)	ぶたにくとじゃがいものふくめに	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたにく・じゃがいも・にんじん・ちくわ・あつあげ・コンニャク・しいたけ・いんげん・あぶら・しょうゆ・みりん・さけ・しょうが・さとう・たまねぎ・にんじん・ニラ・えのき・ごまあぶら・ブドウゼリー  	菓子類 カルシウム おかし	こめこのカップ ケーキ
	ちゅうかスープ			
	ブドウゼリー			
	むぎごはん・牛乳			
31 (月)	ぎゅうどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぎゅうももにく・しらたき・たまねぎ・にんじん・ごぼう・しいたけ・ねぎ・しょうが・さけ・さとう・しょうゆ・かたくりこ・もやし・こまつな・しらすぼし・しろごま・す・はなふ・わかめ・かいわれ・こんぶ・かつおぶし	菓子類 クラッカー	マカロニの あべかわ
	ごまじゃこサラダ			
	ふのすましじる			

～5月5日は端午の節句～

子どもの日には、鯉のぼりを立てて武者人形を飾り“ちまき”と“柏餅”を食べる風習があります。“ちまき”を毒ヘビになぞらえてそれを食べることで免疫力が付き、悪病災難を除くという意味があります。また“柏餅”にはカシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにと言った願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないのですね。



