



5月 予定献立表(幼児)



※午前おやつは1・2歳児のみです。

えがお保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
2 16 月	麦茶 せんべい	スパゲティナポリタン かぼちゃサラダ りんご	きなこドーナツ 牛乳	挽肉	スパゲティ	玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン かぼちゃ・玉ねぎ・きゅうり りんご
17 火	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 アジの塩焼き・お浸し 里芋とひじきの煮物	焼うどん 牛乳	ワカメ 魚(アジ) 挽肉・ひじき	米 里芋	なめこ オクラ 人参・インゲン
18 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 筑前煮 青菜の納豆和え	スイートポテト 牛乳	油揚げ 鶏肉 納豆	米	キャベツ 大根・竹の子・ごぼう・椎茸・絹さや 小松菜・人参
19 木	麦茶 クッキー	野菜たっぷりキーマカレー もやしサラダ オレンジ	ピーチゼリー &せんべい 牛乳	挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・水菜・キクラゲ・人参 オレンジ
6 20 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 白身魚の唐揚げ・ゆかり和え 春野菜の炒め煮	りんごケーキ ジョア(マスカット)	魚(ホキ)	米 じゃがいも	大根 キャベツ 玉ねぎ・菜の花・コーン
7・21 土	麦茶 せんべい	パン・ヨーグルト バナナ	せんべい 麦茶			
9 23 月	麦茶 クッキー	ごはん・けんちん汁 揚げ鶏と野菜のマリネ グレープフルーツ	キャロットジャムパン 牛乳	豆腐 鶏肉	米・里芋	大根・人参・ごぼう 玉ねぎ・きゅうり・トマト・キャベツ グレープフルーツ
10 24 火	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 豚肉の生姜焼き 切干大根煮	じゃがいもの お好み焼き風 牛乳	豚肉 油揚げ	米	白菜・えのき 玉ねぎ・ニラ 切干大根・人参・椎茸・インゲン
11 25 水	麦茶 クッキー	山菜きつねうどん 蒸し鶏のさっぱり和え バナナ	しらすおにぎり 牛乳	油揚げ 鶏肉	うどん	山菜・大根・長ネギ 人参・キャベツ バナナ
12 木	麦茶 せんべい	ごはん・すまし汁 魚のみそ煮・ツナゴマ和え	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	麩 魚(サワラ)・ツナ	米	小松菜 ごぼう・大根・人参・とうみょう
26 木 誕生日会	麦茶 せんべい	竹の子ごはん・すまし汁 サワラの西京焼き・大根のツナ和え グレープフルーツ	誕生日ケーキ 牛乳	麩 魚(サワラ)・ツナ	米	竹の子・人参・小松菜 大根・とうみょう グレープフルーツ
13 27 金	麦茶 クッキー	ごはん・中華スープ 麻婆豆腐 中華風サラダ	セサミクッキー 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉	米	コーン 長ネギ・玉ねぎ・椎茸・小ネギ ナス・きゅうり・トマト・玉ねぎ
14・28 土	麦茶 せんべい	パン・ヨーグルト バナナ	せんべい 麦茶			
30 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 筑前煮・青菜の納豆和え	スイートポテト 牛乳	油揚げ・納豆 鶏肉	米	キャベツ・小松菜・人参 大根・竹の子・こんにゃく・ごぼう・椎茸・絹さや
31 火	麦茶 クッキー	野菜たっぷりキーマカレー もやしサラダ・オレンジ	ピーチゼリー &せんべい・牛乳	挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・水菜・キクラゲ・人参・オレンジ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。