



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
1 15 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 アジの塩焼き・お浸し 里芋とひじきの煮物	りんごケーキ 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
2 火 行事食	麦茶 クッキー	いなりちらし寿司・すまし汁 揚げ鶏と野菜のマリネ グレープフルーツ	《こどもの日》 みたらしいもちもち 麦茶	油揚げ 鶏肉	米	椎茸・人参・絹さや・えのき・ほうれん草 玉ねぎ・きゅうり・トマト・キャベツ グレープフルーツ
16 火	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁・かぶのサラダ 鶏肉のゴマ照り焼き・ブロッコリー	お好み焼き 牛乳	油揚げ・ツナ 鶏肉	米	キャベツ・かぶ・ミニトマト ブロッコリー
17 水	麦茶 せんべい	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・人参・水菜・キクラゲ オレンジ
18 木	麦茶 クッキー	ごはん・中華スープ 麻婆豆腐 中華風サラダ	小倉トースト 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・玉ねぎ・トマト
19 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	セサミクッキー 牛乳	魚(ホキ)	米 じゃがいも	大根 キャベツ 玉ねぎ・菜の花・コーン
6・20 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
8 22 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 豚肉の生姜焼き 切干大根煮	りんごゼリー &せんべい 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
9 23 火	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
10 24 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 筑前煮 青菜の納豆和え	じゃがもち 牛乳	鶏肉 納豆	米	ニラ・キャベツ 大根・竹の子・ごぼう・椎茸・絹さや 小松菜・人参
11 木	麦茶 クッキー	ごはん・すまし汁 魚のみそ煮・大根のツナゴマ和え	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
25 木 誕生会	麦茶 クッキー	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
12 26 金	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	わかめおにぎり 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
13・27 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
29 月	麦茶 せんべい	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・人参・水菜・キクラゲ・オレンジ
30 火	麦茶 クッキー	ごはん・中華スープ・中華風サラダ 麻婆豆腐	小倉トースト 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉	米	コーン・ナス・きゅうり・玉ねぎ・トマト 長ネギ・玉ねぎ・椎茸・小ネギ
31 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・春野菜の炒め煮 白身魚の唐揚げ・ゆかり和え	セサミクッキー 牛乳	魚(ホキ)	米・じゃがいも	大根・玉ねぎ・菜の花・コーン キャベツ

☆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。



5月 予定献立表(乳児)



《準備食》

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
1 15 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 アジの塩焼き・お浸し 里芋とひじきの煮物	りんごケーキ 牛乳	ワカメ 魚(アジ) ひじき	米 里芋	なめこ オクラ 人参・インゲン
2 火 行事食	麦茶 クッキー	ちらし寿司風・すまし汁 蒸し鶏と野菜のマリネ グレープフルーツ	《こどもの日》 こいのぼり(すり流し) 麦茶	鶏肉	米	椎茸・人参・絹さや・えのき・ほうれん草 玉ねぎ・きゅうり・トマト・キャベツ グレープフルーツ
16 火	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁・かぶのサラダ 鶏肉のゴマ照り焼き・ブロッコリー	お好み焼き 牛乳	麩 鶏肉	米	キャベツ・かぶ・ミニトマト ブロッコリー
17 水	麦茶 せんべい	そぼろあんかけ丼・みそ汁 もやしサラダ オレンジ	ピーチゼリー & せんべい 牛乳	挽肉・ワカメ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・人参・水菜・キクラゲ オレンジ
18 木	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 麻婆豆腐 中華風サラダ	小倉トースト 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・玉ねぎ・トマト
19 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 白身魚の煮物 じゃがいも煮	セサミクッキー 牛乳	魚(ホキ)	米 じゃがいも	大根 玉ねぎ・人参・菜の花・キャベツ コーン
8 22 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉野菜炒め 切干大根煮	りんごゼリー & せんべい 牛乳	挽肉	米	白菜・えのき 玉ねぎ・ニラ 切干大根・人参・椎茸・インゲン
9 23 火	麦茶 せんべい	煮込みうどん 蒸し鶏のさっぱり和え バナナ	しらすおにぎり 牛乳	ワカメ 鶏肉	うどん	大根・長ネギ 人参・キャベツ バナナ
10 24 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 筑前煮 青菜の納豆和え	じゃがもち 牛乳	鶏肉 納豆	米	ニラ・キャベツ 大根・竹の子・ごぼう・椎茸・絹さや 小松菜・人参
11 木	麦茶 せんべい	ごはん・すまし汁 魚のみそ煮・大根のゴマ和え	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	麩 魚(サワラ)	米	小松菜 ごぼう・大根・人参・とうみょう
25 木 誕生会	麦茶 せんべい	竹の子ごはん・すまし汁 サワラの西京焼き・大根の和え物 グレープフルーツ	誕生日ケーキ 牛乳	麩 魚(サワラ)	米	竹の子・人参・小松菜 大根・とうみょう グレープフルーツ
12 26 金	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	わかめおにぎり 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
29 月	麦茶 せんべい	そぼろあんかけ丼・みそ汁 もやしサラダ・オレンジ	ピーチゼリー & せんべい	挽肉・ワカメ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・人参・水菜・キクラゲ・オレンジ
30 火	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ・中華風サラダ 麻婆豆腐	小倉トースト 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉	米	コーン・ナス・きゅうり・玉ねぎ・トマト 長ネギ・玉ねぎ・椎茸・小ネギ
31 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・じゃがいも煮 白身魚の煮物	セサミクッキー 牛乳	魚(ホキ)	米・じゃがいも	大根・コーン 玉ねぎ・人参・菜の花・キャベツ

☆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。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。



5月 予定献立表(乳児)



《0歳》

えがお保育園

日付 曜日	午前のおやつ	屋 食	午後のおやつ	屋食に使う主な食材		
				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
1 15 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚と野菜の煮物 里芋とひじきの煮物	りんごケーキ 牛乳	ワカメ 魚(タラ) ひじき	米 里芋	なめこ オクラ・人参・玉ねぎ インゲン
2 火 行事食	麦茶 クッキー	ちらし寿司風粥・すまし汁 鶏肉と野菜の煮物 グレープフルーツ	《こどもの日》 こいのぼり(すり流し) 麦茶	鶏肉	米	椎茸・人参・絹さや・えのき・ほうれん草 玉ねぎ・きゅうり・キャベツ グレープフルーツ
16 火	麦茶 クッキー	お粥・みそ汁・かぶのやわらか煮 鶏肉とブロッコリーの煮物	お好み焼き風 牛乳	麩 鶏肉	米	キャベツ・かぶ・ミニトマト ブロッコリー・人参・玉ねぎ
17 水	麦茶 せんべい	そばろあんかけ粥・みそ汁 もやしの煮浸し オレンジ	ピーチゼリー &せんべい 牛乳	挽肉・ワカメ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・人参・水菜 オレンジ
18 木	麦茶 せんべい	お粥・スープ 麻婆豆腐風 ナスの煮浸し	小倉蒸しパン 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
19 金	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚の煮物 じゃがいも煮	プレーンクッキー 牛乳	魚(タラ)	米 じゃがいも	大根 玉ねぎ・人参・菜の花・キャベツ コーン
8 22 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 挽肉と野菜の煮物 ゆで干し大根煮	りんごゼリー &せんべい 牛乳	挽肉	米	白菜・えのき 玉ねぎ・人参・ニラ 切干大根・椎茸・インゲン
9 23 火	麦茶 せんべい	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物 バナナ	しらす粥 牛乳	ワカメ 鶏肉	うどん	大根・長ネギ 人参・キャベツ・絹さや バナナ
10 24 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 挽肉と大根の煮物 青菜の納豆和え	じゃがもち 牛乳	挽肉 納豆	米	ニラ・キャベツ 大根・人参・椎茸・絹さや 小松菜
11 木	麦茶 せんべい	お粥・すまし汁 白身魚の煮物・大根の煮物	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	麩 魚(タラ)	米	小松菜 玉ねぎ・キャベツ・大根・人参・とうみょう
25 木 誕生日会	麦茶 せんべい	ポテト粥・すまし汁 白身魚と大根の煮物 グレープフルーツ	誕生日ケーキ 牛乳	麩 魚(タラ)	米・じゃがいも	人参・グリーンピース・小松菜 大根・とうみょう グレープフルーツ
12 26 金	麦茶 せんべい	野菜にゆうめん かぼちゃサラダ風 りんご	わかめ粥 牛乳	挽肉	そうめん	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ・玉ねぎ・きゅうり りんご
29 月	麦茶 せんべい	そばろあんかけ粥・みそ汁 もやしの煮浸し・オレンジ	ピーチゼリー &せんべい	挽肉・ワカメ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・ナス・グリーンピース もやし・人参・水菜・オレンジ
30 火	麦茶 せんべい	お粥・スープ・ナスの煮浸し 麻婆豆腐風	小倉蒸しパン 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉	米	コーン・ナス・きゅうり・トマト 長ネギ・玉ねぎ・椎茸・小ネギ
31 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁・じゃがいも煮 白身魚の煮物	セサミクッキー 牛乳	魚(タラ)	米・じゃがいも	大根・コーン 玉ねぎ・人参・菜の花・キャベツ

☆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。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。