

令和4年度 5月 献立表

こま草保育園

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01月	チキンライス マカロニサラダ 野菜スープ 果物（オレンジ）	米、じゃがいも、マカロニ、マヨドレ	牛乳、鶏肉	オレンジ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、コーン、ピーマン	お菓子 牛乳
02火	ごはん 肉じゃが キャベツの昆布和え みそ汁(豆腐)	米、じゃがいも、糸こんにゃく、三温糖、なたね油	牛乳、豚肉、木綿豆腐、みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、こまつな、ねぎ、塩こんぶ、カットわかめ	もち小丸 牛乳 未：お菓子
08月	カレーライス 野菜サラダ 果物（いちご）	米、じゃがいも、三温糖、油、なたね油	豚肉	国産温州ミカンゼリー、いちご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、福神漬	国産くだものゼリー
09火	ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草とコーンのサラダ みそ汁（厚揚げ）	米、マヨドレ、サラダ・スパゲティー	牛乳、さけ、厚揚げ、みそ	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、コーン、カットわかめ	どうぶつヨーチ 牛乳 未：星のおせんべい
10水	肉うどん キャベツとじゃこの甘酢あえ 果物（バナナ）	うどん、じゃがいも、油、三温糖	牛乳、豚肉、しらす干し	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、こまつな	手作りフライドポテト 牛乳
11木	麦ごはん 鯖のねぎみそ焼き ひじきの煮つけ けんちん汁 果物（オレンジ）	米、米粉マカロニ、三温糖、押麦、三温糖、なたね油	牛乳、さわら、豆腐、鶏肉、油揚げ、きな粉、みそ	オレンジ、にんじん、だいこん、ねぎ、国産長ひじき	きなこマカロニ 牛乳
12金	ロールパン 鶏肉のレモン煮 ブロッコリーのサラダ コーンスープ	乳・卵・大豆不使用 ロールパン、片栗粉、無塩バター、三温糖、なたね油、油	牛乳、鶏肉、牛乳、生クリーム、ツナ	うらごしコーン、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、コーン、きゅうり、レモン果汁	ねじりんぼ 牛乳
15月	ごはん 鶏肉のカレー焼き アスパラとじゃが芋のサラダ みそ汁（わかめ） 果物（オレンジ）	米、じゃがいも、マヨドレ	ジョア、鶏肉、木綿豆腐、みそ、ツナ	オレンジ、バナナチップ、なめこ、にんじん、グリーンアスパラガス、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんに	バナナチップ ジョア
16火	麦ごはん 白身魚の甘酢あんかけ 切干大根の煮付け 春野菜のみそ汁	米、片栗粉、三温糖、押麦、なたね油	ほき、みそ、油揚げ	新玉ねぎ、春きゃべつ、にんじん、国産切干だいこん、カットわかめ	たまりせんべい 牛乳
17水	竹の子ごはん がんもといんげん煮つけすまし汁(花麩) 飛騨ヨーグルト	米、三温糖、花麩、三温糖	ヨーグルト、がんもどき、鶏肉、油揚げ	みかん缶、バナナ、にんじん、黄桃、白桃ゼリー、パイン缶、いんげん、たけのこ、えのきたけ、みつば、国産干ししいたけ、カットわかめ	フルーツポンチ
18木	黒糖パン コールスローサラダ クリームシチュー 果物（バナナ）	黒糖パン、じゃがいも、油、三温糖、食パン	牛乳、豚肉、クリームチーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、トマト、にんじん、きゅうり、ブルーベリージャム	お菓子 牛乳
19金	簡易給食				きかん棒