



5月の献立表



平成29年5月発行
みなと保育園

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	ご飯 バトウのムニエル [バトウ、小麦粉、バター、塩、ブロッコリー] マカロニサラダ [マカロニ、きゅうり、人参、きゃべつ、ハム、マヨネーズ] なめこの味噌汁 [なめこ、玉葱、わかめ、葱、いりこ、味噌] バナナ 南瓜蒸しパン	鯉のぼりご飯 [米、サケ、鶏ミンチ、人参、ほうれん草、コーン、のり、チーズ、でんぶ、味噌、酒、砂糖、醤油] エビフライ [エビ、小麦粉、パン粉、塩、油] ごま酢和え [ブロッコリー、人参、竹輪、ごま、砂糖、酢、醤油] ふきながしスープ [人参、きゃべつ、ベーコン、春雨、ピーマン、塩、醤油、コンソメ] 栞餅 [上新粉、白玉粉]	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	二色丼 [米、鶏肉、ほうれん草、生姜、砂糖、醤油、酒、刻みのり] きゃべつ味噌汁 [きゃべつ、南瓜、玉葱、葱、いりこ、味噌] バナナ菓子 牛乳
おやつ	[ミックス粉、卵、牛乳、南瓜、レーズン] 牛乳	[上新粉、白玉粉] あんこ、栞の葉 牛乳				
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	ロールパン ミートスパゲティ [スパゲティ、人参、合ミンチ、玉葱、にんにく、油、ケチャップ、コンソメ、トマト缶、粉チーズ] 夏みかんサラダ [きゅうり、きゃべつ、酢、塩、夏みかん、レーズン、油] わかめスープ [わかめ、しめじ、コーン、人参、鶏がらだし、塩] 氷ようかん	ご飯 アジの梅煮 [アジ、梅干し、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん、きゃべつ] ミルクおから [豚ミンチ、人参、玉葱、油、おから、チーズ、葱、砂糖、醤油、塩、スキムミルク] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、玉葱、人参、椎茸、小松菜、いりこ、味噌] バナナ ソーセージパイ	ご飯 いりどり [鶏肉、人参、筍、椎茸、れんこん、ごぼう、じゃが芋、いんげん、砂糖、醤油、油] きゅうりの中華和え [きゅうり、ごま、ごま油、酢、砂糖、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、わかめ、えのき、玉葱、葱、いりこ、味噌] オレンジクッキー [小麦粉、バター]	豆腐のカレーあんかけ [豆腐、鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、みりん、醤油、酒、カレー粉、塩、片栗粉] 即席漬け [きゃべつ、人参、しらす干し、塩昆布、ごま、醤油、ごま油] 大根の味噌汁 [大根、人参、南瓜、えのき、油揚げ、葱、いりこ、味噌] チーズケーキ [ミックス粉、卵、レモン、クリームチーズ、砂糖、牛乳]	ご飯 サケの塩焼き [サケ、塩、トマト] きんぴらごぼう [ごぼう、人参、こんにゃく、ごま、ごま油、砂糖、醤油] 豆乳スープ [ベーコン、人参、玉葱、チンゲン菜、椎茸、豆乳、コンソメ、塩] お好み焼き [豚肉、イカ、卵、小麦粉、B.P.、きゃべつ、長芋、牛乳、マヨネーズ、ケチャップ、ソース、かつお節、青のり]牛乳	六子ご飯 [米、六子、人参、ごぼう、醤油、みりん、酒、刻みのり] 厚揚げの味噌汁 [厚揚げ、きゃべつ、人参、えのき、いりこ、味噌] バナナ菓子 牛乳
おやつ	[あんこ、寒天、くず粉、グラニュー糖、塩] 牛乳	[パイ生地、ウインナー] 牛乳	[小麦粉、バター] マーガリン、砂糖 牛乳			
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	ご飯 麻婆豆腐 [豆腐、豚ミンチ、にんにく、人参、玉葱、干し椎茸、葱、生姜、油、砂糖、醤油、酒、鶏がらだし、味噌] ブロッコリーの酢物 [ブロッコリー、人参、酢、カニかま、砂糖、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、人参、玉葱、しめじ、パセリ、醤油、塩、コンソメ] バナナキャラメルラスク	肉うどん [うどん、牛肉、玉葱、葱、かまぼこ、みりん、醤油、塩、かつお節、昆布] 高野豆腐の卵焼き [鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、高野豆腐、卵、醤油、砂糖、酒、油] ひじきサラダ [ひじき、人参、きゅうり、ハム、コーン、マヨネーズ、醤油] オレンジ じゃこのおにぎり	ご飯 ポークチャップ [豚肉、にんにく、生姜、トマト、ケチャップ、ソース、砂糖、塩、こしょう、ブロッコリー] 切干し大根のサラダ [切干し大根、ほうれん草、ツナ、ごま、砂糖、醤油、酢] コンソメスープ [白菜、えのき、人参、小松菜、コンソメ、塩] フルーチェ [フルーチェの素、牛乳]	ピピンパ [米、牛肉、砂糖、醤油、ごま油、ごま、卵、もやし、ほうれん草、人参、にんにく、海苔、コンソメ] 焼きシシャモ [シシャモ] 中華スープ [玉葱、白菜、人参、コーン、鶏がらだし、醤油、塩、いりこ] みたらし団子 [白玉粉、豆腐、砂糖、醤油、片栗粉] 牛乳	ご飯 プリの照り焼き [プリ、醤油、みりん、酒、生姜、コーン] スパゲティサラダ [スパゲティ、きゅうり、人参、ウインナー、チーズ、塩、オリーブ油] きのこのすまし汁 [大根、椎茸、えのき、しめじ、葱、いりこ、塩、醤油] プリン [牛乳、卵、砂糖]	家族遠足の日
おやつ	[食パン、生クリーム、砂糖、バター、アーモンド] 牛乳	[米、しらす干し、ごま] チーズ	[フルーチェの素、牛乳] ウエハース			
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	ご飯 サバの味噌煮 [サバ、味噌、酒、みりん、砂糖、生姜、醤油、ブロッコリー] ごまドレッシングサラダ [きゃべつ、いんげん、人参、コーン、ごま、醤油、マヨネーズ] えのきのすまし汁 [玉葱、えのき、大根、油揚げ、いりこ、醤油、塩] オレンジ じゃが芋ピザ	ご飯 肉豆腐 [牛肉、豆腐、人参、しめじ、こんにゃく、大根、いんげん、砂糖、醤油、油] 野菜サラダ [きゃべつ、きゅうり、人参、レーズン、パイン、酢、砂糖、塩] 大根のみそ汁 [大根、椎茸、南瓜、人参、油揚げ、葱、いりこ、味噌] ロールケーキ [卵、小麦粉、グラニュー糖、生クリーム、抹茶]	ドライカレー [米、押し麦、合ミンチ、玉葱、人参、レーズン、にんにく、カレー粉、醤油、油] 白菜のゆかり和え [白菜、きゅうり、ゆかり粉、醤油] コーンスープ [コーン、クリームコーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩] 杏仁豆腐 [牛乳、寒天、砂糖、みかん、白桃、黄桃、バナナ、アーモンドエッセンス] おやついりこ	塩バターラーメン [中華麺、焼き豚、にんにく、玉葱、きゃべつ、人参、葱、コーン、しめじ、コンソメ、塩、バター] 大豆といりこのアーモンド和え [大豆、アーモンド、砂糖、醤油、いりこ、片栗粉、油] もやしのおかか和え [もやし、人参、ほうれん草、竹輪、醤油、かつお節] ひじきおにぎり [米、鶏肉、ひじき、ごぼう、椎茸、油揚げ、しらす干し、醤油]	わかめご飯 [米、押し麦、わかめふりかけ] 手まり揚げ [魚のすり身、豆腐、エビ、ごぼう、人参、玉葱、葱、油、ブロッコリー] 三色酢物 [きゅうり、人参、大根、砂糖、酢] ミルク味噌汁 [大根、人参、葱、じゃが芋、椎茸、ごぼう、玉葱、いりこ、味噌、牛乳] りんごゼリー [りんご、りんごジュース、砂糖、粉寒天]ウエハース	ピラフ [米、ウインナー、人参、ピーマン、玉葱、コーン、コンソメ、塩、バター] オニオンスープ [玉葱、えのき、人参、塩、グリーンピース、コンソメ] バナナ菓子 牛乳
おやつ	[じゃが芋、トマト、玉葱、ピーマン、コーン、チーズ、ケチャップ] 牛乳	[卵、小麦粉、グラニュー糖、生クリーム、抹茶]	[フルーチェの素、牛乳]			
	29日(月)	30日(火)	31日(水)	端午の節句とかしわ餅 5月5日は「こどもの日」として祝日になっていますが、本来この日は「端午の節句」です。端午の節句に菖蒲(しょうぶ)の花を飾る習慣は、江戸時代に「尚武(しょうぶ)」の音が「菖蒲」と同じであることから始まったもの。男子の成長を願う大切な日です。端午の節句のお菓子といえば「かしわ餅」。かしわの葉には新芽が出るまで古い葉が落ちないため「子孫繁栄」の意味が込められているそうです。		
	ご飯 鶏の唐揚げ [鶏肉、生姜、にんにく、醤油、みりん、片栗粉、油、トマト] 納豆和え [納豆、ほうれん草、もやし、人参、スキムミルク、醤油、刻みのり] 心のすまし汁 [おつゆふ、玉葱、えのき、わかめ、いりこ、醤油、塩] オレンジ いももち	ご飯 じゃが芋と生揚げのきめ煮 [鶏肉、じゃが芋、生揚げ、いんげん、人参、砂糖、醤油] パンサンズー [春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま、酢、醤油、ごま、酢、醤油、砂糖、ごま油] かき玉汁 [玉葱、卵、葱、しめじ、いりこ、塩、醤油] ヨーグルトケーキ [ヨーグルト、小麦粉、卵、砂糖、バター、B.P.] 牛乳	ご飯 ロールキャベツ [きゃべつ、鶏ミンチ、豚ミンチ、玉葱、椎茸、ケチャップ、ソース、醤油、コンソメ、酒、バター] もやしのナムル [もやし、小松菜、人参、ごま油、醤油、酢、ごま] ポテトスープ [じゃが芋、しめじ、玉葱、アサリ、パセリ、コンソメ、塩、こしょう、醤油] 人参まんじゅう [人参、小麦粉、B.P.、砂糖、あんこ] 牛乳	☆食育活動 12日 ふじ組 玉葱の皮むき 24日 ばら組 おひさまランチ 31日 さくら組 ロールキャベツ作り		
おやつ	[じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油] 牛乳	[ヨーグルト、小麦粉、卵、砂糖、バター、B.P.] 牛乳	[人参、小麦粉、B.P.、砂糖、あんこ] 牛乳			

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。