2022年度　5月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材料	おやつ
2日(月)	きつねうどん	うどん、うすあげ、葉ねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、砂糖、みりん	牛乳 お麩のラスク （焼き麩、バター、砂糖）
	切り干し大根の甘酢和え	切り干し大根、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	
	いりこ	いりこ	
	ゼリー	ゼリー	
3日(火)	憲法記念日		
4日(水)	みどりの日		
5日(木)	こどもの日		
6日(金)	チキンカレー	米、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、油	牛乳 ホットケーキ （ホットケーキミックス、バター、油）
	キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ	
	チーズ	チーズ	
	ゼリー	ゼリー	
7日(土)	チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
	キャベツの和え物	キャベツ、酢、砂糖、塩、油	
	中華スープ	絹こし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油	
9日(月)	ビビン丼	米、鶏ひき肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩	牛乳 きなこバナナ （バナナ、きなこ、砂糖）
	春キャベツのごま和え	春キャベツ、きゅうり、しらす干し、コーン缶、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、油	
	和風スープ	絹こし豆腐、えのき、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	
10日(火) かり・だいちひ 遠足	ごはん	米	牛乳 揚げパン （ロールパン、きなこ、砂糖、油）
	鮭の塩焼き	鮭、塩	
	こまつなのじゃこ和え	こまつな、ほうれん草、にんじん、しらす干し、白ごま、しょうゆ、みりん	
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー	
11日(水)	たけのこごはん	米、たけのこ、うすあげ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし	お茶 フルーツヨーグルト （ヨーグルト、砂糖、もも缶、バナナ、みかん缶）
	肉じゃが	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、砂糖、みりん	
	もやしの酢の物	もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	絹こし豆腐、わかめ、焼き麩、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー	
12日(木)	ちくわ天うどん	うどん、ちくわ、青のり、天ぷら粉、葉ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 マシュマロコーンフレーク （マシュマロ、コーンフレーク、バター）
	鶏ささみと野菜のごま和え	ささみ、きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油	
	いりこ	いりこ	
	ゼリー	ゼリー	
13日(金)	ごはん	米	牛乳 さくらもち 乳児はきなこおはぎ （さくらの葉、米、きなこ、砂糖、こしあん）
	鮭のから揚げ	鮭、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、納豆、えのき、にんじん、しょうゆ	
	みそ汁	じゃがいも、絹こし豆腐、こまつな、えのき、かつお昆布だし、米みそ	
	バナナ	バナナ	
14日(土)	ツナチャーハン	米、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、ごま油、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
	きゅうりのごま酢和え	きゅうり、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	和風スープ	絹こし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
16日(月)	ハヤシライス	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、ルウ、ケチャップ、油	牛乳 カルピスゼリー/ビスケット （カルピス、ゼラチン、みかん缶）
	キャベツのサラダ	キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	
	チーズ	チーズ	
	ゼリー	ゼリー	
17日(火)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 チーズトースト （食パン、ピザチーズ、マヨネーズ）
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖	
	コロコロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、大豆、マヨネーズ、アスパラガス	
	みそ汁	絹こし豆腐、たまねぎ、うすあげ、えのき、こまつな、かつお昆布だし、米みそ	
	バナナ	バナナ	

日・曜日	献立名		おやつ
18日(水)	豆ごはん	米、えんどう豆、酒、塩、昆布	牛乳 お麩のラスク （焼き麩、バター、砂糖）
	春キャベツと豚肉の味噌炒め	豚肉、春キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、油	
	きゅうりのごま酢和え	きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩	
	すまし汁	絹こし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	
19日(木)	ラーメン	中華麺、鶏もも肉、もやし、チンゲンサイ、コーン缶、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩、ごま油	牛乳 マカロニきなこ （マカロニ、きなこ、砂糖）
	ブロッコリーのしらす和え	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、油	
	煮豆	金時豆、砂糖	
	ゼリー	ゼリー	
20日(金)	ごはん	米	牛乳 ホットケーキ （ホットケーキミックス、牛乳、バター、油）
	鯖の味噌煮	鯖、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒、しょうゆ	
	キャベツの和え物	キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、しらす干し、酢、砂糖、塩、油	
	すまし汁	絹こし豆腐、えのき、だいこん、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	
21日(土)	オープンサンド	ロールパン、ウインナー、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、いちごジャム	牛乳 市販菓子
	チーズ	チーズ	
	ヨーグルト	ヨーグルト	
	バナナ	バナナ	
23日(月) 誕生日会	ごはん/ふりかけ	米、ゆかり	牛乳 誕生日ケーキ （スポンジケーキ、生クリーム、ホイップクリーム、いちご）
	鶏のから揚げ	鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	
	マカロニサラダ	マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ	
	和風スープ	キャベツ、たまねぎ、えのき、ベーコン、じゃがいも、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	
24日(火)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、納豆、しょうゆ	牛乳 フライドポテト （じゃがいも、塩、油）
	鯖の塩焼き	鯖、塩	
	春雨サラダ	はるさめ、にんじん、きゅうり、もやし、コーン缶、マヨネーズ	
	すまし汁	絹こし豆腐、えのき、わかめ、はくさい、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	
25日(水)	三色丼	米、豚肉、ほうれん草、にんじん、しょうが、白ごま、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、塩	牛乳 コロコロラスク （食パン、バター、砂糖）
	新ごぼうとひじきのサラダ	新ごぼう、ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ	
	みそ汁	木綿豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー	
26日(木)	カレーうどん	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、カレールウ、片栗粉	牛乳 ごへいもち （米、米みそ、砂糖、みりん）
	きゅうりとちくわの和え物	きゅうり、ちくわ、わかめ、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ	
	粉ふきいも	じゃがいも、塩	
	バナナ	バナナ	
27日(金)	ごはん	米	牛乳 マシュマロクラッカー （マシュマロ、クラッカー）
	鯛の竜田揚げ	鯛（乳児は鱈）、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油	
	キャベツのサラダ	キャベツ、にんじん、もやし、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	絹こし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー	
28日(土)	めばえ・ふたば「かえでであそぼう」 ※簡単な昼食を準備します。		
30日(月)	豚丼	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒	お茶 フルーツヨーグルト （ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶、もも缶）
	わかめときゅうりの酢の物	わかめ、きゅうり、キャベツ、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	絹こし豆腐、えのき、じゃがいも、ほうれん草、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー	
31日(火)	ごはん/手作りふりかけ	米、かつおぶし、こんぶ、白ごま、しょうゆ、砂糖	牛乳 じゃこトースト （食パン、しらす干し、マヨネーズ、青のり、粉チーズ）
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、砂糖、みりん	
	スパゲティサラダ	スパゲティ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩	
	すまし汁	キャベツ、たまねぎ、えのき、ベーコン、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	ゼリー	ゼリー	

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりょうりの部屋：廣田・信田より