

# 2021年度 5月普通食 予定献立

かえて保育園

日・曜	献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ	
1日 (日)	ぎざみうどん きゅうりの酢の物	うどん、うすあげ、はくさい、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、みりん、塩、砂糖 きゅうり、ツナ缶、白ごま、酢、砂糖、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	18日 (火)	ごはん 鮭の照り焼き ココロサラダ すまし汁 ゼリー	米 鮭、しょうゆ、みりん、砂糖 じゃがいも、にんじん、きゅうり、大豆、マヨネーズ ほうれん草、キャベツ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	
3日 (水)	憲法記念日			19日 (水)	マーボー丼 春雨サラダ 中華スープ ゼリー	米、木綿豆腐、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 春雨、もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩 わかめ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、葱、ごま油 ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きな粉、砂糖)	
4日 (木)	みどりの日			20日 (木)	ごはん/ひじき納豆 鮭の塩焼き 切り干し大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米、ひじき、納豆、しょうゆ 鮭、塩 切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、うすあげ、酢、砂糖、塩 練りし豆腐、えのき、わかめ、はくさい、焼き鮭、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 チーズトースト (食パン、マヨネーズ、スライスチーズ)	
5日 (金)	こどもの日			21日 (金)	ラーメン ブロッコリーのしらす和え 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏むね肉、鶏もも肉、もやし、はくさい、かつお節布だし、しょうゆ、葱、ごま油 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 ゼリー	牛乳 市販菓子	
6日 (木)	カレーライス キャベツのサラダ チーズ ゼリー	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 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 ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きな粉、砂糖)	運動はっぴょう会				
7日 (金)	きつねうどん 春野菜のオープン焼き いりこ ゼリー	うどん、うすあげ、かまぼこ、鰹ねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん アスパラ、新じゃが、にんじん、新たまねぎ、ベーコン、しょうゆ、塩 いりこ ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	24日 (月)	ピビン丼 新ごぼうとひじきのサラダ 和風スープ バナナ	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、葱、ごま油 新ごぼう、ひじき、キャベツ、きゅうり、ツナ缶、コーン缶、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ 練りし豆腐、はくさい、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 バナナ	0~2歳 牛乳 3~5歳 ヤクルト 菓子パン	
8日 (土)	オープンサンド ヨーグルト チーズ ゼリー	食パン、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、ウインナー、ケチャップ、いちごジャム ヨーグルト チーズ ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ	25日 (火)	ごはん 鮭の竜田揚げ こまつなのお浸し みそ汁 ゼリー	米 鮭、しょうが、しょうゆ、みりん、葱、片栗粉、油 こまつな、うすあげ、にんじん、しょうゆ、みりん、かつお節布だし 練りし豆腐、じゃがいも、だいこん、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ	
10日 (月)	ごはん/納豆 鮭の塩焼き こまつなのじゃこ和え みそ汁 ゼリー	米、納豆 鮭、塩 こまつな、ほうれん草、しらす干し、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん じゃがいも、たまねぎ、えのき、わかめ、うすあげ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 ココロラスク (食パン、砂糖、バター)	26日 (水)	ごはん 肉じゃが ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 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、かつお節布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん ほうれん草、納豆、えのき、にんじん、しょうゆ 練りし豆腐、わかめ、焼き鮭、だいこん、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きな粉、砂糖)	
11日 (火)	ツナキーマカレー コーンスローサラダ チーズ ゼリー	米、ツナ缶、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ルウ、ケチャップ キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ チーズ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト/クエース (ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶、砂糖)	27日 (木)	カレーうどん きゅうりの酢の物 粉ふきいも ゼリー	うどん、唐ごま油、たまねぎ、にんじん、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、葱、カレールウ、片栗粉 きゅうり、しらす干し、わかめ、白ごま、酢、砂糖、塩 じゃがいも、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト/クエース (ヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖)	
12日 (水) 幼児お弁当日	三色丼 春キャベツのごま和え みそ汁 ゼリー	米、豚ミンチ、ほうれん草、にんじん、しょうが、白ごま、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、葱、塩 春キャベツ、にんじん、もやし、白ごま、砂糖、酢、しょうゆ、油 練りし豆腐、えのき、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 ホットドッグ (ホットドッグパン、ウインナー、ケチャップ)	28日 (金) お誕生日会	食パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ 和風スープ ゼリー	食パン 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、葱、小麦粉、片栗粉、油 マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、ツナ缶、マヨネーズ キャベツ、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 生クリーム、砂糖	牛乳 誕生日ケーキ (ホットケーキミックス、牛乳、塩、いちご、みかん缶、生クリーム、砂糖)	
13日 (木)	ちくわうどん 鶏ささみと野菜のごま和え いりこ でこぼん	うどん、ちくわ、青のり、天ぷら粉、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ささみ、キャベツ、にんじん、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、みりん いりこ でこぼん	牛乳 市販菓子 チーズ	29日 (土)	豚丼 わかめときゅうりの酢の物 みそ汁	米、豚こま肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、葱 わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 練りし豆腐、うすあげ、えのき、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	
14日 (金)	ごはん 鮭の味噌煮 しらす菜のお浸し すまし汁 ゼリー	米 鮭(乳白は鮭)、しょうが、みそ、砂糖、みりん、葱、しょうゆ しらす菜、ほうれん草、うすあげ、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん 練りし豆腐、えのき、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 クリームチーズクラッカー (クリームチーズ、クラッカー、砂糖、いちごジャム)	31日 (月)	きんぴら丼 キャベツの和え物 みそ汁 ゼリー	米、牛もも肉、ごぼう、にんじん、しょうが、小ねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま油、白ごま キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 練りし豆腐、わかめ、はくさい、じゃがいも、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 お餅のラスク (焼き鮭、バター、砂糖)	
15日 (土)	チャーハン キャベツの和え物 中華スープ	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油 キャベツ、もやし、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 練りし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、ごま油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ					
17日 (月)	ごはん 春キャベツと豚肉の味噌炒め きゅうりのごま酢和え すまし汁 ゼリー	米 豚こま肉、春キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、油 きゅうり、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩 練りし豆腐、えのき、こまつな、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 カルピスゼリー/ビスケット (カルピス、砂糖、ゼラチン、みかん缶)、ビスケット					

※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。  
 ※かえて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。

おりようりの部屋：廣田・坂口より