

# 5月 献立表 幼児食



くすの子保育園

2024年 5月

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1	こどもの日	こいのぼりチキンライス 鮭の香草パン粉焼き アスパラとコーンのバター炒め コンソメスープ くだもの	若鮎風 麦茶	鶏もも肉、魚肉ソーセージ、さけ、ロースハム、牛乳、卵、こしあん	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、グリーンピース、にんにく、アスパラガス、キャベツ、スイートコーン、エリンギ、こまつな、いちご	半つき米、なたね油、パン粉、有塩バター、じゃがいも、ホットケーキミックス	トマトケチャップ、食塩、白こしょう、料理酒、パセリ、こいくちしょうゆ、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶、みりん風調味料
2	木	しらすごはん 高野豆腐の卵とじ みそ汁(さつまいも)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	しらす干し、高野豆腐、卵、スキムミルク	ぶなしめじ、りょくとうもやし、にら、たまねぎ、えのきたけ、長ねぎ	半つき米、いりごま、ごま油、三温糖、さつまいも、麦みそ、ミルクココア	料理酒、食塩、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、煮干しだし、クラッカー、麦茶、ペビードーナツ
7	火	ちゃんぽん ブロッコリーのカレーマヨ和え くだもの	塩昆布おにぎり 麦茶	豚もも肉、えび、蒸しかまぼこ、牛乳、ツナ、しらす干し	キャベツ、たまねぎ、にんじん、りょくとうもやし、スイートコーン、ブロッコリー、ゴールデンキウイ、塩昆布	中華めん、なたね油、じゃがいも、マヨネーズ、半つき米、いりごま、ごま油	白湯スープ、うすくちしょうゆ、カレー粉、食塩、麦茶
8	水	ごはん 新じゃが芋の肉じゃが みそ汁(きゃべつ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、厚揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、スナップエンドウ、キャベツ、えのきたけ	半つき米、じゃがいも、しらたき、なたね油、上白糖、麦みそ、ミルクココア	みりん風調味料、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、揚げせんべい
9	木	ごはん あじの南蛮漬け 春雨のあえもの みそ汁(油揚げ)	グリーンコープのおやつ ミルク	あじ、ベーコン、油揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし、きくらげ、きゅうり、こまつな、だいこん	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ、いりごま、麦みそ	穀物酢、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、和風ドレッシング、煮干しだし、麦茶、ペビードーナツ
10	金	ごはん 鶏肉のトマト炒め 春野菜のスープ	きなこクリームサンド 麦茶	鶏もも肉、ロースハム、きな粉、牛乳	たまねぎ、ぶなしめじ、なす、青ピーマン、ホールトマト缶、にんにく、キャベツ、さやえんどう	半つき米、なたね油、砂糖、じゃがいも、食パン、マーガリン	料理酒、コンソメ、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、麦茶
11	土	ハヤシライス ひじきのサラダ(マヨネーズ) くだもの	グリーンコープのおやつ ミルクココア	牛もも肉、ツナ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、干しひじき、れんこん、こまつな、スイートコーン、メロン	半つき米、なたね油、マヨネーズ、ミルクココア	ハヤシルク、めんつゆ、麦茶、揚げせんべい
13	粗食の日	ごはん ししゃも 昆布の佃煮 そらまめ みそ汁(こまつな) わかめごはん 根菜の煮物 卵焼き みそ汁(かぼちゃ)	おからドーナツ 麦茶	ししゃも、木綿豆腐、おから、牛乳、卵	つくだ煮、そらまめ、こまつな、だいこん	半つき米、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖、グラニュー糖、なたね油	煮干しだし、麦茶
14	火	わかめごはん 根菜の煮物 卵焼き みそ汁(かぼちゃ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	焼き竹輪、厚揚げ、卵、はんぺん、スキムミルク	だいこん、にんじん、ごぼう、れんこん、かぼちゃ、たまねぎ、にら	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ、ミルクココア	わかめご飯の素、みりん風調味料、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつおだし、煮干しだし、麦茶、ペビードーナツ
15	水	鶏飯 <郷土料理> 油揚げのごま和え くだもの	ヨーグルト いちごソースかけ 麦茶	鶏ささみ、卵、油揚げ、プレーンヨーグルト	干しいたけ、こねぎ、べつたら漬け、こまつな、にんじん、りょくとうもやし、なつみかん、いちごジャム	半つき米、なたね油、上白糖、すりごま、コーンフレーク	鶏がらだし、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、麦茶
16	木	ごはん ホイコーロー 新じゃが芋のこぶきいも わかめと卵のスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、卵、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、キャベツ、青ピーマン、にんにく、あおのり、わかめ、りょくとうもやし、みずな	半つき米、なたね油、砂糖、じゃがいも、ごま油、ミルクココア	こいくちしょうゆ、テンメンジャン、料理酒、中華だし、食塩、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
17	パンの日	ロールパンサンド(ハム卵) 野菜たっぷりコーンスープ くだもの 牛乳	チーズおからおにぎり 麦茶	ロースハム、卵、牛乳、プロセスチーズ、かつお節	キャベツ、コーン缶、スイートコーン、たまねぎ、ほうれんそう、エリンギ、いちご	ロールパン、マヨネーズ、半つき米	食塩、白こしょう、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶、こいくちしょうゆ
18	親子遠足	親子遠足のため給食はありません					
20	月	しらすごはん 高野豆腐の卵とじ みそ汁(さつまいも)	キャロットオレンジ蒸しパン 麦茶	しらす干し、高野豆腐、卵、牛乳	ぶなしめじ、りょくとうもやし、にら、たまねぎ、えのきたけ、長ねぎ、にんじん、オレンジジュース	半つき米、いりごま、ごま油、三温糖、さつまいも、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖	料理酒、食塩、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、煮干しだし、クラッカー、麦茶
21	火	ごはん 新じゃが芋の肉じゃが みそ汁(きゃべつ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、厚揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、スナップエンドウ、キャベツ、えのきたけ	半つき米、じゃがいも、しらたき、なたね油、上白糖、麦みそ、ミルクココア	みりん風調味料、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、揚げせんべい
22	水	ちゃんぽん ブロッコリーのカレーマヨ和え くだもの	塩昆布おにぎり 麦茶	豚もも肉、えび、蒸しかまぼこ、牛乳、ツナ、しらす干し	キャベツ、たまねぎ、にんじん、りょくとうもやし、スイートコーン、ブロッコリー、ゴールデンキウイ、塩昆布	中華めん、なたね油、じゃがいも、マヨネーズ、半つき米、いりごま、ごま油	白湯スープ、うすくちしょうゆ、カレー粉、食塩、麦茶
23	木	ごはん あじの南蛮漬け 春雨のあえもの みそ汁(油揚げ)	グリーンコープのおやつ ミルク	あじ、ベーコン、油揚げ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし、きくらげ、きゅうり、こまつな、だいこん	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖、緑豆はるさめ、いりごま、麦みそ	穀物酢、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、和風ドレッシング、煮干しだし、麦茶、ペビードーナツ
24	金	ごはん 鶏肉のトマト炒め 春野菜のスープ	きなこクリームサンド 麦茶	鶏もも肉、ロースハム、きな粉、牛乳	たまねぎ、ぶなしめじ、なす、青ピーマン、ホールトマト缶、にんにく、キャベツ、さやえんどう	半つき米、なたね油、砂糖、じゃがいも、食パン、マーガリン	料理酒、コンソメ、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、麦茶
25	土	ごはん 豆腐のミートローフ 新玉ねぎのマリネ すまし汁(かまぼこ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ロースハム、蒸しかまぼこ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、キャベツ、アスパラガス、ぶなしめじ、あおさ	半つき米、パン粉、上白糖、なたね油、ミルクココア	食塩、白こしょう、トマトケチャップ、中濃ソース、うすくちしょうゆ、穀物酢、かつお・昆布だし、麦茶、クラッカー
27	月	ハヤシライス ひじきのサラダ(マヨネーズ) くだもの	キャロットオレンジ蒸しパン 麦茶	牛もも肉、ツナ、牛乳、卵	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、グリーンピース、干しひじき、れんこん、こまつな、スイートコーン、メロン、オレンジジュース	半つき米、なたね油、マヨネーズ、ホットケーキミックス、砂糖	ハヤシルク、めんつゆ、麦茶
28	火	わかめごはん 根菜の煮物 卵焼き みそ汁(かぼちゃ)	グリーンコープのおやつ ミルクココア	焼き竹輪、厚揚げ、卵、はんぺん、スキムミルク	だいこん、にんじん、ごぼう、れんこん、かぼちゃ、たまねぎ、にら	半つき米、いりごま、なたね油、砂糖、麦みそ、ミルクココア	わかめご飯の素、みりん風調味料、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、かつおだし、煮干しだし、麦茶、ペビードーナツ
29	水	鶏飯 <郷土料理> 油揚げのごま和え くだもの	ヨーグルト いちごソースかけ 麦茶	鶏ささみ、卵、油揚げ、プレーンヨーグルト	干しいたけ、こねぎ、べつたら漬け、こまつな、にんじん、りょくとうもやし、なつみかん、いちごジャム	半つき米、なたね油、上白糖、すりごま、コーンフレーク	鶏がらだし、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、麦茶
30	木	ごはん ホイコーロー 新じゃが芋のこぶきいも わかめと卵のスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、卵、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、キャベツ、青ピーマン、にんにく、あおのり、わかめ、りょくとうもやし、みずな	半つき米、なたね油、砂糖、じゃがいも、ごま油、ミルクココア	こいくちしょうゆ、テンメンジャン、料理酒、中華だし、食塩、うすくちしょうゆ、麦茶、クラッカー
31	金	ごはん 鮭の香草パン粉焼き アスパラとコーンのバター炒め みそ汁(こまつな)	おからドーナツ 麦茶	さけ、ロースハム、油揚げ、おから、牛乳、卵	にんにく、たまねぎ、キャベツ、アスパラガス、こまつな、だいこん	半つき米、パン粉、なたね油、有塩バター、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖、グラニュー糖	パセリ、料理酒、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ(グリーンコープ等)については、18時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに関しての心配、質問等がございましたら、ご連絡なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。

## ♪5月の旬の食材♪

- <野菜> スナップエンドウ、ごぼう、キャベツ、新じゃが芋、にら、アスパラガス、そらまめ、きぬさや、グリーンピース、わらび
- <魚介> かつお、あじ、わかめ、ひじき
- <果物> びわ、キウイ、なつみかん、メロン

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。  
入荷状況により、その他の商品を使用する場合もございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなっごあられ ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくっともちろし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー