

# 5月献立予定表

の土曜保育の給食は2・3号希望者のみです。  
令和4年 認定こども園旭幼稚園

鯉のぼりが大空をゆうゆうと泳いでいます。大型連休も終わり、また園での生活が始まりました。少しずつ、園での生活に慣れるのと同時に、疲れも出やすい時期です。早寝早起きをして、生活のリズムを整えましょう。少しずつ気温も上がってきますので、こまめに水分補給をして、熱中症にも気を付けて下さい。



マークの日は、スプーンを持って来て下さい。



☆マークの日は、うさぎ・ぱんだは白身魚です。 ※食材の都合等により、メニューを変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時の おやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病氣から守ってくれる	
2	月	もち麦ごはん	鮭の照り焼き ほうれん草と白菜のおかか和え 大根と麩のみそ汁	鮭・花かつお・味噌	砂糖・米・もち麦・麩	ほうれん草・白菜・人参・コーン・大根・わかめ	わかめむすび
6	金	＜子どもの日メニュー＞ ゆかりごはん	揚げギョーザ キャベツのマカロニサラダ 新たまねぎと揚げのみそ汁 こいのぼりゼリー	ギョーザ・カット揚げ・味噌	米・マカロニ	キャベツ・コーン・玉ねぎ・人参・わかめ・ゆかり・ゼリー	お菓子
7	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ 水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ・ちりめんじゃこ	スパゲティ・砂糖	玉ねぎ・人参・ピーマン 水菜・バナナ	パン
9	月	もち麦ごはん	長州どりの照り焼き かぼちゃとコーンのサラダ 豆腐と大根のみそ汁	鶏肉・木綿豆腐・味噌	米・もち麦	かぼちゃ・きゅうり・コーン・大根・玉ねぎ・人参	アメリカン ドッグ
10	火	たけのこごはん	白身魚の磯辺揚げ キャベツときゅうりの梅和え 麩とえのきのみそ汁	大羽・鶏肉・味噌	米	青のり・キャベツ・きゅうり・梅肉・玉ねぎ・人参・えのき・タケノコ	シュガー トースト
11	水	もち麦ごはん	ポークソテー 小松菜とパプリカのナムル 新じゃがとわかめのみそ汁	豚肉	米・もち麦・じゃが芋	玉ねぎ・ピーマン・小松菜・赤ピーマン・もやし・人参・わかめ	マカロニ きなこ
12	木	肉うどん	肉うどん チンゲン菜の和え物 国産レモンゼリー	牛肉・カット揚げ	うどん・砂糖	玉ねぎ・青ネギ・チンゲン菜・キャベツ・人参・ゼリー	お菓子
13	金	ビーフカレー	ビーフカレー 赤ピーマンとツナのサラダ 卵、乳不使用プリン	牛肉・ツナ	じゃが芋・米・ドレッシングごま醤油	玉ねぎ・人参・りんごジュース・フロccoliリー・大根・きゅうり・赤ピーマン・プリン	バナナ ヨーグルト
14	土	きのこベーコンのスパゲティ	きのこベーコンのスパゲティ キャベツの昆布和え バナナ	ベーコン	スパゲティ	玉ねぎ・えのき・生シイタケ・にんにく・海苔・キャベツ・きゅうり・人参・昆布・バナナ	パン

16	月	もち麦ごはん	赤魚のみぞれ煮 チンゲン菜とキャベツの磯和え えのきと揚げのみそ汁	赤魚・カット揚げ・味噌	米・もち麦・砂糖	大根・チンゲン菜・キャベツ・人参・海苔・えのき・青ネギ	鮭むすび	
17	火	わかめごはん	豚肉ときのこの味噌炒め 春雨ときゅうりの酢の物 ごまたっぷりわかめスープ	豚肉・味噌	米・砂糖・春雨	キャベツ・えのき・ピーマン・赤ピーマン・コーン・きゅうり・人参・わかめ・玉ねぎ	きなこ トースト	
18	水	もち麦ごはん	長州どりのから揚げ さつま芋とコーンのサラダ えりんぎと青ネギのみそ汁	鶏肉・味噌	米・もち麦・さつま芋	生薑・にんにく・きゅうり・コーン・えりんぎ・人参・玉ねぎ・青ネギ	フルーツ （いちご）	
19	木	中華丼	中華丼 小松菜ともやしのナムル 国産巨峰ゼリー	豚肉・味噌	米・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸・小松菜・赤ピーマン・もやし・ゼリー	お菓子	
20	金	もち麦ごはん	ほくほく肉じゃが 小松菜とコーンのごま和え 揚げと大根のみそ汁	牛肉・カット揚げ・味噌	米・もち麦・砂糖・じゃが芋	玉ねぎ・人参・小松菜・白菜・コーン・大根・えのき・青ネギ	ジャム 蒸しパン	
21	土	鶏塩うどん	鶏塩うどん 人参とキャベツのなめたけ和え バナナ	鶏肉	うどん	長ネギ・なめたけ・人参・キャベツ・きゅうり・バナナ	パン	
23	月	もち麦ごはん	長州どりの梅マヨ焼き キャベツとワカメのポン酢和え ぎょうざスープ	鶏肉・ぎょうざ	米・もち麦	梅肉・キャベツ・わかめ・人参・玉ねぎ・白菜・人参	タイ焼き	
24	火	しそわかめごはん	豚肉とキャベツの味噌炒め みかん入りポテトサラダ つるつる春雨スープ	豚肉	米・春雨・じゃが芋	キャベツ・ピーマン・赤ピーマン・生薑・きゅうり・コーン・みかん缶・青ネギ・干し椎茸・人参	ジャム サンド	
25	水	もち麦ごはん	サワラの西京焼き サトイモのそぼろ煮 えのきとわかめのみそ汁	サワラ・鶏ミンチ・味噌・白味噌	米・もち麦・砂糖・サトイモ	生薑・わかめ・えのき・人参・青ネギ	フルーツ ヨーグルト	
26	木	親子丼	親子丼 きゅうりのなめたけ和え オレンジ	鶏肉・卵	米	玉ねぎ・人参・青ネギ・なめたけ・キャベツ・きゅうり・オレンジ	豆乳バナナ ケーキ	
27	金	○おべんとうを持って来て下さい						お菓子
28	土	ナポリタンスパゲティ	ナポリタンスパゲティ キャベツのごまドレサラダ バナナ	ウイナー	スパゲティ・ごまクリーミードレッシング	玉ねぎ・ピーマン・生シイタケ・キャベツ・きゅうり・人参・コーン・バナナ	パン	
30	月	わかめごはん	鮭の塩焼き きんぴらごぼう 長州どりのにゅうめん	鮭・鶏肉	米・そうめん	ごぼう・れんこん・人参・きぬさや・青ネギ・わかめ	ツナ むすび	
31	火	もち麦ごはん	牛肉のケチャップ炒め カリフラワーの甘酢漬 青ネギとわかめのみそ汁	牛肉・味噌	米・もち麦・砂糖	キャベツ・人参・カリフラワー・きゅうり・大根・青ネギ・わかめ	のりじゃこ トースト	