

こんだてひょう

2022年度 5月

ひ に ち	よ う び	しゅ し ょ く	お か ず	さん し ょ く ぶ ん る い			10 じ お や つ	3 じ お や つ
				ち や に く に な る	ね つ や ち ら に な る	ち ょう し ょ と の え る		
2	月	たけのこごはん	ぶたにくのしょうがやき ほうれんそうのごまあえ いもじる グレープフルーツ むぎぢゃ	とりにく あぶらあげ ぶたにく みそ	こめ さとう サラダ あぶら ごま さとい も	にんじん たけのこ しょうが たまねぎ もやし	クリームサンドクラッカー (1才児…クラッカー) ぎゅうにゅう	かぼちゃのバリバリパイ ぎゅうにゅう
6	金	バターロール	ハンバーグ コールスローサラダ カレースープ ぎゅうにゅう	ぶたにく ぎゅうにゅう う たまご ハム ウ ィンナー	バターロール ハン こ さとう マヨネーズ	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう	ゆかりおにぎり むぎぢゃ
7	土	ごはん	とりにくのさっぱりにあおなとしらすのいためもの とうふとみずなのわふうスープ オレンジ むぎぢゃ	とりにく しらす あ ぶらあげ とうふ	こめ さとう ごまあ ぶら	にんにく しょうが こまつな にんじん みずな	しおせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	サブレ ぎゅうにゅう
9	月	あぶたまどん	シュウマイ ごもくひじき キウイフルーツ ぎゅうにゅう	あぶらあげ なると たまご ぶたにく さ つまあげ	こめ さとう かたく りこ ごまあぶら こ んにゆく	ながねぎ こねぎ や にんじん ひ じき	ビスケット ぎゅうにゅう	コーンマヨトースト むぎぢゃ
10	火	やきそば	かたぬきチーズ わかめとささみのサラダ ねぎポークスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん さとう ごま あぶら	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり	ざらめせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	フルーツヨーグルト むぎぢゃ
11	水	ごはん	グリルチキン アスパラとベーコンのソテー キャベツとハムのスープ むぎぢゃ	とりにく ベーコン ハム	こめ オリーブオイル さとう サラダあぶら	にんにく たまねぎ トマト コーン ア スパガス	えびせん ぎゅうにゅう	こくとうおふうラスク ぎゅうにゅう
12	木	ふりかけごはん	さわらのごまからあげ わふうポテトサラダ かきたまじる もものかんづめ むぎぢゃ	さわら ハム ツナ たまご	こめ ごま かたく りこ サラダあぶら じゃがいも	にんじん きゅうり コーン しいたけ み つば	パイ ぎゅうにゅう	おこみやき ぎゅうにゅう
13	金	メープルパン	ポークピカタ シーフードサラダ オニオンスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく たまご え び ぎゅうにゅう	こむぎこ さとう サ ラダあぶら	パセリ にんじん きゅうり キャベツ しょうが	あまからせんべい (1才児…ボンせん) ぎゅうにゅう	いりことなめしのおにぎり むぎぢゃ
14	土	ごはん	マーボーどうふ いわしスティック たことブロックリーのちゅうかサラダ パナナ むぎぢゃ	ぶたにく みそ とう ふ たこ	こめ サラダあぶら かたくりこ ごまあぶ ら ごま	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ながねぎ	コーフレット (1才児…ウェハース) ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう
16	月	とうにゅうそうめん	ぶたにくのものも かふうあえ パイナップル むぎぢゃ	とりにく とうにゅう ぶたにく	そうめん ごま さと う ごまあぶら	にんにく しょう が にんじん も やし	ビスケット ぎゅうにゅう	あずきケーキ ぎゅうにゅう
17	火	ごはん	さけのマヨネーズやき やきにくサラダ しめじとウィンナーのスープ グレープフルーツ むぎぢゃ	さけ ぶたにく ウ ィンナー	こめ マヨネーズ さ とう ごまあぶら サ ラダあぶら	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ しめじ	わかめせんべい ぎゅうにゅう	バリバリピザ ぎゅうにゅう
18	水	ごはん	とりだんごのスープに やさいいため きゅうりのつけもの キウイフルーツ むぎぢゃ	とりにく たまご ぶ たにく	こめ かたくりこ は るさめ ごまあぶら さとう	しょうが にんじん しいたけ ながねぎ はくさい	クッキー ぎゅうにゅう	マカロニきなこ ぎゅうにゅう
19	木	バターロール	とりにくのパーベキューソースやき ダイスチーズサラダ ミネストローネ ぎゅうにゅう	とりにく ハム チー ズ ベーコン だいず	バターロール サラダ あぶら さとう マカ ロニ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	いなりやし むぎぢゃ
20	金	チャーハン	だいこんサラダ わかめスープ パナナ ぎゅうにゅう	たまご ハム なる と ぎゅうにゅう	ごまあぶら こめ こ ま さとう	ながねぎ にんじん きゅうり だいこん わかめ	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	ストロベリーミルクプリン むぎぢゃ
21	土	うめなめし	しろみざかなのみそだれやき きんぴらごぼう こまつなとえのきのわふうスープ むぎぢゃ	みそ しろみざかな どうふ	こめ さとう ごま ごまあぶら	にんじん ごぼう え のきだけ こまつな	ふがし (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	チーズサンドクラッカー (1才児…クラッカー) ぎゅうにゅう
23	月	チキンカレーライス	ウィンナーのしょうゆいため コーンサラダ ぶくしんづけ ぎゅうにゅう	とりにく ウィンナ ー ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも サ ラダあぶら さとう マヨネーズ	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう	メロン しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎぢゃ
24	火	にくうどん	しろみざかなのみぞれあんかけ わかめとたこのすのもの オレンジ ぎゅうにゅう	ぶたにく あぶらあげ かじき たこ ぎゅう にゅう	うどん さとう かた くりこ サラダあぶら	にんじん ながねぎ だいこん きゅうり わかめ	きなこせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	おからスコーン むぎぢゃ
25	水	エビピラフ	ポークチャップ みそドレサラダ エビシーブスープ プリン ジュース	えび ぶたにく ハム みそ ベーコン	こめ サラダあぶら バター こむぎこ こ ま	にんじん たまねぎ コーン グリンピース パセリ	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう	さつまいもむしパン むぎぢゃ
26	木	しょくパン (ジャム)	タンドリーチキン ブロッコリーのマリネ はるキャベツのスープ とうにゅう	ヨーグルト とりにく ベーコン	しょくパン ジャム さとう オリーブオイ ル	にんにく ブロッコ リー ミントマト た まねぎ	のりせんべい (1才児…こまつな) ぎゅうにゅう	わかめおにぎり むぎぢゃ
27	金	ピピンバ	あじつきこざかな ばんざんすい ワントンふうスープ パイナップルのかんづめ むぎぢゃ	ぶたにく ハム たま ご	こめ ごまあぶら さ とう ごま はるさめ	にんにく にんじん しいたけ ほうれんそ う	しおせんべい (1才児…ボンせん) ぎゅうにゅう	パナナ ぎゅうにゅう
28	土	しらすとキャベツの わふうスパゲティ	もやしサラダ だいこんとささみのスープ キウイフルーツ ぎゅうにゅう	しらす ハム とりに く ぎゅうにゅう	サラダあぶら パター スパゲティ ごま さ とう	にんにく にんじん ながねぎ キャベツ もやし	クッキー ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎぢゃ
30	月	ひじきごはん	とりにくのからあげ しらあえ おすいもの メロン むぎぢゃ	あぶらあげ とりにく どうふ	こめ ごまあぶら さ とう かたくりこ サ ラダあぶら	にんじん ひじき しょうが ほうれんそ う こねぎ	ビスケット ぎゅうにゅう	コンソメフライドポテト ぎゅうにゅう
31	火	ごはん (やきのり)	あかうおのにつけ わかめのおかかあえ ほうとうじる オレンジ むぎぢゃ	あかうお かつおぶし ぶたにく あぶらあげ みそ	こめ さとう みりん	やきのり しょうが こまつな たまねぎ わかめ	しおせんべい (1才児…わかめせんべい) ぎゅうにゅう	フレンチトースト ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります



誕生会
25日(水)
おたんじょうび
おめでとう



今月の平均栄養摂取量(給食)	
エネルギー	467 kcal
たんぱく質	18 g