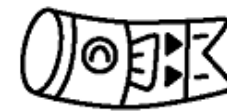




5月の献立表



令和5年度

みどりの丘保育所

日	曜	献立名	おやつ		主な材料
		昼食	3末10時	3時	
1	月	ごはん 肉じゃが ゆかり和え オレンジ	牛乳 ハッピーターン	抹茶ミルク きなこトースト	豚肉 ジャがいも 人参 キャベツ もやし 大豆 小松菜
2	火	三色丼 即席漬け なめこ汁 バナナ	牛乳 うすやきせんべい	スキムミルク チーズ蒸しパン	鮭 卵 いんげん 人参 キャベツ 大根 小松菜
3	水	憲法記念日			
4	木	みどりの日			
5	金	こどもの日			
6	土	マーボー丼 中華スープ プルーン	りんごジュース	じゃこ菜めし おにぎり	豚肉 豆腐 たまねぎ 人参 もやし わかめ ねぎ
8	月	こいのぼりライス コーンスープ あじさいサラダ こどもの日ゼリー	牛乳 クラッカー	スキムミルク たいやき	卵 たまねぎ コーン 牛乳 レッドキャベツ きゅうり
9	火	ごはん 鮭のバター醤油焼き ごまドレサラダ みそ汁 バナナ	牛乳 星たべよ	スキムミルク フライドポテト	鮭 ごぼう 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 たまねぎ
10	水	こぎつねうどん ごまじゃこ和え レバー煮 チーズ	ジョア ウエハース	焼きおにぎり	油揚げ たまねぎ 人参 かまぼこ キャベツ しらす
11	木	みりんふりかけごはん 高野煮 チンジャオロースー わかめスープ プルーン	牛乳 ビスコ	ココア バナナトースト	しらす 高野豆腐 豚肉 じゃがいも ピーマン 人参
12	金	コッペパン ポークビーンズ フレンチサラダ オレンジ	豆乳バナナ たつまき	ごま昆布 おにぎり	豚肉 大豆 人参 しめじ キャベツ きゅうり レーズン
13	土	中華丼 もやしスープ バナナ	豆乳飲料	りんごジュース せんべい	豚肉 たまねぎ 人参 もやし にら わかめ ごま
15	月	ごはん 鶏のねぎマヨ焼き ひじきサラダ 豆腐スープ バナナ	牛乳 うすやきせんべい	スキムミルク フランクフルト	鶏肉 ねぎ キャベツ 人参 きゅうり ひじき チーズ
16	火	たけのこごはん さわらの西京焼き 甘酢和え すまし汁 オレンジ	ジョア シガーフライ	ももの フルーチェ	鶏肉 たけのこ しいたけ 人参 さわら キャベツ えのき
17	水	弁当の日(春の遠足)	りんごジュース 星たべよ	焼きそばパン	中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ
18	木	味噌ラーメン しゅうまい 中華和え プルーン	牛乳 バナナ	おかかチーズ おにぎり	豚肉 もやし 人参 ねぎ ちくわ きゅうり 春雨
19	金	黒糖パン 鶏のケチャップソース マカロニサラダ 野菜スープ バナナ	牛乳 ビスコ	ココア オレンジチーズケーキ	鶏肉 マカロニ キャベツ きゅうり ハム しいたけ にら

日	曜	献立名	おやつ		主な材料
		昼食	3末10時	3時	
20	土	ピラフ オニオンスープ オレンジ	ぶどうジュース	豆乳飲料 せんべい	豚肉 たまねぎ 人参 コーン ベーコン パセリ
22	月	バターロールパン ひじきハンバーグ 春雨サラダ 豆乳かぼちゃスープ バナナ	牛乳 きなこせんべい	ゆかりおにぎり	合いびき肉 たまねぎ 豆腐 卵 ハム キャベツ きゅうり しめじ
23	火	チキンカレーライス ゆでそら豆 コーンサラダ オレンジ	牛乳 ハッピーターン	スキムミルク じゃこトースト	鶏肉 ジャがいも たまねぎ 人参 大豆 キャベツ コーン
24	水	ごはん 焼肉風ソテー 煮豆 中華スープ チーズ	牛乳 バナナ	豆乳くずもち	豚肉 たまねぎ キャベツ もやし たけのこ にら
25	木	ごはん 豆腐の寄せ揚げ おかか和え かき玉汁 バナナ	牛乳 するめ 白い風船	杏仁豆腐	鶏肉 豆腐 人参 たまねぎ キャベツ えのき 卵 ねぎ
26	金	牛丼 うの花 煮干し オレンジ	豆乳 バナナチップ	ココア クラッカーサンド	牛肉 たまねぎ しらたき ごぼう おから しめじ 人参
27	土	ウインナーライス コンソメスープ プルーン	豆乳飲料	りんごジュース スイートポテト	ウインナー たまねぎ ピーマン じゃがいも にんじん パセリ
29	月	豆ごはん 炒り鶏 アスパラのごま和え バナナ	牛乳 ビスコ	オレンジゼリー	えんどう豆 鶏肉 人参 ごぼう れんこん 厚揚げ キャベツ
30	火	ごはん 鶏の塩からあげ ツナサラダ 春雨スープ プルーン	牛乳 煮干し ハッピーターン	フルーツヨーグルト	鶏肉 キャベツ 大根 人参 きゅうり コーン しめじ
31	水	ミートスパゲティ ウインナー パインサラダ オレンジ	牛乳 たつまき	ミロ ポップコーン	合いびき肉 たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり パイン

※都合により給食内容を変更することがあります。

※延長保育のおやつは、月～土曜まで市販のお菓子です。



5月の予定

- 8日 こどもの日献立
- 9日 給食委員会
- 17日 春の遠足・弁当の日
- 19日 誕生会
- 22日 そら豆の皮むき（ひまわり）
- 26日 クラッカーサンドクッキング（さくら）

5月の給食目標

食事時のあいさつをしましょう



※裏面に給食だよりがあります