



# 令和6年度5月予定献立表



日付	献立名	材料名(◎は午前おやつ,○は午後おやつ材料)			おやつ (◎は午前,○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 ★ 水	胚芽ごはん 鶏肉のあんとし 豚汁 甘夏みかん	胚芽米、○マカロニ、さつまいも、○砂糖、片栗粉、砂糖、油	○牛乳、◎牛乳、鶏ひき肉、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、なつみかん	◎ごまスティック ◎牛乳 ○マカロニきな粉 ○牛乳
2 ★ 木	ミートソーススパゲティー 切干大根のサラダ 野菜スープ オレンジ	スパゲティー、じゃがいも、○コーンフレーク、油、砂糖、小麦粉	○牛乳、◎牛乳、豚ひき肉	オレンジ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、○もも缶、きゅうり、切り干しだいこん、にんにく	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎牛乳 ○もも入りコーンフレーク ○牛乳
★ 18 土	豚丼 野菜スープ	胚芽米、砂糖、油	豚肉(もも)	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ピーマン	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎麦茶 ○お菓子 ◎麦茶
★ 20 月	胚芽ごはん ごまみそ炒め 手作りふりかけ すまし汁 甘夏みかん	胚芽米、○食パン、ごま油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、生揚げ、ごま、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、かつお節	キャベツ、もやし、にんじん、しめじ、こまつな、たまねぎ、○いちごジャム、なつみかん	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎麦茶 ○ジャムサンド ○牛乳
7 ★ 21 火	胚芽ごはん 煮魚 おかか和え みそ汁 オレンジ	胚芽米、(70ホットケーキ粉)、砂糖、○砂糖、(210小麦粉、○油)	○牛乳、◎牛乳、あかうお、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、かにかまぼこ、(70生クリーム、○バター)、かつお節	オレンジ、ほうれんそう、もやし、だいこん、にんじん、ねぎ、(70パイン缶、○みかん缶、○ブルーベリージャム)	◎カルシウムせんべい ◎牛乳 70こいのぼりケーキ 21☆○マンダジ ○牛乳
8 ★ 22 水	胚芽ごはん キーマカレー 野菜スープ オレンジ	胚芽米、○ホットケーキ粉、○白玉粉、油、○砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚ひき肉、○ごま	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、キャベツ、もやし、グリーンピース(冷凍)、しょうが、にんにく、オレンジ	◎ソフトせんべい ◎牛乳 ○もちもちごまパン ○牛乳
9 ★ 23 木	胚芽ごはん 鶏の照り焼き ゆかり和え みそ汁 甘夏みかん	胚芽米、○ホットケーキ粉、○じゃがいも、砂糖、○油	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)、○ベーコン、○粉チーズ	なつみかん、キャベツ、もやし、きゅうり、○たまねぎ、にんじん	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎牛乳  ○じゃが芋ケーキ ○牛乳
10 ★ 24 金	胚芽ごはん 肉豆腐 塩ゆでそら豆 すまし汁 オレンジ	胚芽米、○干し中華めん、砂糖、○ごま油	○牛乳、◎牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、○豚肉(もも)	たまねぎ、そらまめ、○キャベツ、にんじん、しめじ、ほうれんそう、ねぎ、○ピーマン、○にんじん、いんげん、オレンジ	◎きな粉ウエハース ◎牛乳  ○焼きそば ○牛乳
11 ★ 25 土	ガーリックチャーハン 野菜スープ	胚芽米、じゃがいも、ごま油	ベーコン	たまねぎ、ねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎麦茶 ○お菓子 ◎麦茶
13 ★ 27 月	胚芽ごはん ねぎ豚 ゆで野菜 みそ汁 オレンジ	胚芽米、○ホットケーキ粉、ごま油	○牛乳、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、○つぶしあん(砂糖添加)、いわし(煮干し)	キャベツ、にんじん、しめじ、もやし、ねぎ、○こまつな、ピーマン、オレンジ	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎麦茶  ○こまつな蒸しパン ○牛乳
14 ★ 28 火	食パン ☆ヒョットケーキ ポテトサラダ 野菜スープ オレンジ	食パン、○胚芽米、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、○砂糖、○油、小麦粉	◎牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳、○油揚げ、バター	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、えのきたけ、○にんじん、○ひじき	◎カルシウムせんべい ◎牛乳 ○ひじきごはんおにぎり ◎麦茶
15 ★ 29 水	胚芽ごはん 肉うどん ごま和え 甘夏みかん	干しうどん、○さつまいも、胚芽米、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(もも)、ごま	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、こまつな、エリンギ、なつみかん	◎ごまスティック ◎牛乳  ○焼き芋 ○牛乳
16 ★ 30 木	胚芽ごはん 魚のごま照り焼き 即席漬け みそ汁 甘夏みかん	胚芽米、○小麦粉、○砂糖、○コーンスターチ、砂糖	○牛乳、◎牛乳、かたい、○バター、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)、ごま	なつみかん、キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、もやし、にんじん	◎せんべい(1歳クラッカー) ◎牛乳 ☆○アルファホールス(○乳児クッキー) ○牛乳
17 ★ 31 金	胚芽ごはん 厚揚げ入り回鍋肉 かぼちゃの煮物 すまし汁 甘夏みかん	胚芽米、砂糖、油	○牛乳、◎牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	○オレンジ、かぼちゃ、キャベツ、にんじん、ピーマン、ねぎ、カットわかめ、なつみかん	◎カルシウムせんべい ◎牛乳 ○オレンジ ○せんべい(1歳クラッカー) ○牛乳

※献立は都合により、変更することがあります。

☆は世界の料理です。

★おうしざぐみ、こうまざぐみ、ししざぐみの果物を食べる日 2、7、9、14、16、21、23、28、30日