

2022年度 5月の給食予定献立表

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10:00-18:30, ○は15:00)
			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	
2	16 30	月 牛玉丼 アスパラとコーンのサ ラダ わかめと豆腐のすまし 汁	米、○小麦粉 ○砂糖、片栗粉、 油、ごま	木綿豆腐、牛肉、 卵、○牛乳	○バナナ、たまね ぎ、キャベツ、はくさ い、○いちご、ねぎ、 アスパラガス、エリ ンギ、にんじん、コー ン、レモン、わかめ	○ごまスティック ○いちごミルク蒸しパン ○くだもの ○牛乳
	17 31	火 和風カレーライス キャベツとりんごのサ ラダ にんじんスープ	米、押麦、油 ○砂糖	○牛乳、鶏肉	にんじん、○りんご、 ○オレンジ、れんご ん、たまねぎ、ごぼ う、きゅうり、キャベ ツ、しめじ、干しぶ どう、○寒天	○せんべい ○フルーツゼリー ○くだもの ○牛乳
	18	水 いわしとトマトのスパ ゲティ いんげんとキャベツの ごま和え 野菜スープ	スパゲティ、○ロー ルパン、さつまい も、○グラニュー糖、 ごま、油、○小麦粉 ○コーンスターチ	○牛乳、いわし、 ○生クリーム、 ○卵	キャベツ、たまねぎ、 トマト、にんじん、い んげん、ごまつな、 えのき	○カルシウムせんべい ○カスタードサンド ○牛乳
	19	木 ロールパン ビーフメンチかつ フロッキーの三色サ ラダ トマトスープ	○米、じゃがいも、 パン粉、○天かす、 小麦粉、油	豚肉、牛肉、卵、 ○かつお節	たまねぎ、フロッキ ー、にんじん、トマ ト、キャベツ、○ぞら まめ、コーン、マ ッシュルーム、ビーマ ン、なす、セロリ、 ○こんぶ	○クラッカー ○ぞらまめおにぎり ○麦茶
6	20	金 ゆかり御飯 ぶりの照り煮 キャベツのコーン煮 じゃがいもとわかめ のみそ汁	米、じゃがいも、 ○じゃがいも、○片 栗粉、砂糖、○バ ター	○牛乳、ぶり、油揚 げ	○りんご、キャベツ、 ○にんじん、たまね ぎ、コーン、わかめ	○カルシウムせんべい ○にんじん餅 ○くだもの ○牛乳
9	23	月 鶏と野菜の照り焼き丼 さつまいものレモン煮 押し麦と春キャベツの スープ	米、さつまいも、 ○米粉、押麦、○ご ま油、砂糖、油、片 栗粉	鶏肉、○豚肉、○し らす干し、 ○牛乳	キャベツ、もやし、に んじん、○にら、た まねぎ、○コーン、 えのき、レモン	○クラッカー ○にら千切ミ ○牛乳
10	24	火 春野菜ハヤシライス きゅうりともやしの酢の 物 かぶのスープ	米、じゃがいも、 ○砂糖、油	○牛乳、豚肉、 ○豆乳、○生クリー ム、ベーコン、○ゼ ラチン	かぶ、もやし、にん じん、たまねぎ、き ゅうり、アスパラガス、 キャベツ、かぶ・葉、 ○いちごジャム、わ かめ	○せんべい ○豆乳フラマンジェ ○牛乳
11	25	水 ちゃんぽんラーメン かぼちゃの甘煮 小松菜のナムル	生中華めん、○食パ ン、○マッシュポテ ト、○バター、ごま、 ごま油、砂糖	○牛乳、豚肉、 ○ツナ	かぼちゃ、ごまつな、 キャベツ、にんじん、 たまねぎ、○きゅう り、もやし	○カルシウムせんべい ○ポテサラサンド ○牛乳
12	26	木 食パン かぼちゃコロッケ パスタサラダ コーンスープ	○米、食パン、マカ ロニ、パン粉、小麦 粉、○油	豚肉、○豚肉、ハ ム、卵	かぼちゃ、コーン、た まねぎ、きゅうり、 キャベツ、○たまね ぎ、アスパラガス、 ○にんじん、ねぎ、 ○ピーマン、○あお のり	○クラッカー ○チャーハンおにぎり ○麦茶
13	27	金 御飯 さけの塩焼き ツナとひじきの炒り豆 腐 豚汁	米、○小麦粉、○ 油、○砂糖、油、片 栗粉、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、 さけ、豚肉、ツナ	○バナナ、だいご ん、にんじん、たま ねぎ、ねぎ、ごぼう、 さやえんどう、ひじ き、干しいたけ	○カルシウムせんべい ○バナナスティックパン ○牛乳

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しいただくようお願い致します。