



令和6年度

5月の予定献立表

あさひ保育園



日	曜	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ	
			魚や豚肉や 煮をつくる	力や体温にむる	体の調子を整える	午前(未調乳)	午後(食具)
1	水	酢鶏 春雨サラダ わかめスープ	鶏肉 ハム こしあん わかめ(乾) スキムミルク いりこ	濃口醤油 片栗粉 菜種油 米酢 三温糖 ケチャップ 春雨 マヨネーズ 薄口醤油 中華味 みりん 料理酒 食パン	竹の子 玉ねぎ 人参 しいたけ ピーマン きゅうり コーン えのき しいたけ(乾) 葉ねぎ 柏の葉	牛乳 オレンジ	スキムミルク いりこ ★洋風柏餅
2	木	焼き肉スパゲティ 味噌汁 りんご	牛肉 木綿豆腐 わかめ(乾) 味噌 スキムミルク いりこ	スパゲティ 三温糖 濃口醤油 和風だし	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ 豆苗 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
3	金	憲法記念日					
4	土	みどりの日					
5	日	こどもの日					
6	月	振替休日					
7	火	●カレー汁 サラダゼリー	豚肉 木綿豆腐 スキムミルク いりこ	じゃがいも カレールウ サラダ油 和風レタリング ゼリー だんごの粉 三温糖 濃口醤油 みりん 片栗粉	玉ねぎ 人参 グリンピース ブロッコリー コーン きゅうり	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★みたらし団子
8	水	白身フライ ポテトサラダ 野菜スープ	ホキ 卵 ハム ベーコン スキムミルク いりこ	じゃがいも 塩こしょう 薄力粉 パン粉 マヨネーズ 食塩 コンソメ みりん 料理酒	人参 きゅうり コーン しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
9	木	ラーメン ふりかけ パインアップル	豚肉 スキムミルク いりこ	中華麺(乾) 中華味 濃口醤油 薄口醤油 おろししょうが おろしんにんにく ラード ふりかけ パン チョココロム いちごジャム	キャベツ 玉ねぎ もやし コーン 葉ねぎ パインアップル	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★ジャムサンド
10	金	春の遠足		おやつ			
11	土	昆布の佃煮 友禅和え 赤だし	牛肉 ま昆布 厚揚げ さつまあげ かまぼこ 竹輪 味噌 赤味噌 木綿豆腐 スキムミルク いりこ	和風だし 三温糖 みりん 米酢 ごま 濃口醤油 薄口醤油	人参 竹の子 グリンピース キャベツ ほうれん草 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
12	日						
13	月	肉じゃが味噌汁 わかめともやしの和え物	牛肉 わかめ(乾) ツナ 厚揚げ 味噌 卵 スキムミルク いりこ	じゃがいも 水こんにやく サラダ油 三温糖 濃口醤油 和風だし 料理酒 薄口醤油 食塩 薄力粉 ベーキングパウダー 有塩バター	人参 玉ねぎ グリンピース もやし きゅうり キャベツ しめじ 大根 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★ホットケーキ
14	火	魚の照り焼き 酢の物 さつま汁	サバ わかめ(乾) しらす干し エビ 鶏肉 木綿豆腐 味噌 スキムミルク いりこ	濃口醤油 みりん サラダ油 米酢 三温糖 和風だし 里芋 さつまいも こんにやく	きゅうり もやし 人参 大根 ごぼう 葉ねぎ	牛乳 りんご	スキムミルク いりこ 菓子
15	水	豚カツ 味噌汁 納豆	豚肉 卵 味噌 納豆 スキムミルク いりこ	塩こしょう 薄力粉 パン粉 菜種油 ケチャップ 中濃ソース 和風だし かぼちゃ かるかん粉 上白糖	玉ねぎ しめじ 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★かるかん
16	木	魚のケチャップ煮 ナムル 中華スープ	サバ 鶏肉 スキムミルク いりこ	料理酒 三温糖 ケチャップ 中濃ソース 米酢 食塩 濃口醤油 中華味 みりん 料理酒 薄口醤油	人参 もやし ほうれん草 しめじ 竹の子 コーン しいたけ(乾) 葉ねぎ	牛乳 パインアップル	スキムミルク いりこ 菓子
17	金	鶏南蛮うどん なます 味付けのり	鶏肉 厚揚げ 味付けのり 調整豆乳 スキムミルク いりこ	うどん(乾) 和風だし 薄口醤油 食塩 みりん 米酢 三温糖 上白糖 パールアガー 黒砂糖	玉ねぎ しいたけ 大根 人参 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★豆乳花
18	土	サバの味噌煮 ひじきサラダ けんちん汁	サバ ひじき(乾) ツナ 味噌 鶏肉 木綿豆腐 厚揚げ スキムミルク いりこ	こんにやく 和風だし 三温糖 みりん 食塩 和風レタリング 濃口醤油 薄口醤油	人参 きゅうり コーン キャベツ しめじ ごぼう 大根 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
19	日						
20	月	肉団子のケチャップ煮 韓国風なます 中華スープ	肉団子 焼き豚 鶏肉 スキムミルク いりこ	料理酒 三温糖 ケチャップ 食塩 米酢 濃口醤油 ごま ごま油 中華味 サラダ油	大根 人参 もやし しめじ 玉ねぎ 竹の子 しいたけ(乾) コーン 葉ねぎ	牛乳 バナナ	スキムミルク いりこ 菓子
21	火 (誕生会)	オムライス エビフライ サラダ オレンジ	鶏肉 卵 エビフライ 生クリーム	精白米 マーガリン 食塩 塩こしょう ケチャップ コンソメ 中濃ソース 菜種油 和風レタリング プリン	玉ねぎ マッシュルーム(缶) 人参 グリンピース ブロッコリー 玉ねぎ きゅうり オレンジ みかん(缶) パイン(缶)	牛乳 菓子	いりこ ★プリンアラモード
22	水	チキンステーキ かぼちゃサラダ コンソメスープ	鶏肉 ベーコン スキムミルク いりこ	塩こしょう 薄力粉 おろしんにんにく 三温糖 みりん ウスターソース コンソメ かぼちゃ マヨネーズ 薄口醤油 濃口醤油	玉ねぎ にんにく しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
23	木	魚マヨ 拌三絲 卵スープ	赤魚 ハム 鶏肉 牛乳 卵 いりこ	菜種油 マヨネーズ ケチャップ 片栗粉 上白糖 レモン果汁 米酢 薄口醤油 濃口醤油 みりん 中 華味 ホットケーキ ミックス 有塩バター	きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ えのき しいたけ(乾) たら	牛乳 メロン	スキムミルク いりこ ★カップケーキ
24	金	焼きそば 味噌汁 ふりかけ	豚肉 エビ 木綿豆腐 わかめ(乾) あおのり 味噌 スキムミルク いりこ	中華麺(乾) 塩こしょう サラダ油 中濃ソース 三温糖 和風だし	人参 玉ねぎ キャベツ もやし ピーマン 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
25	土	●シチュー サラダゼリー	鶏肉 牛乳 スキムミルク いりこ	じゃがいも 有塩バター シチュールー コンソメ 和風だし 和風レタリング ゼリー	人参 玉ねぎ コーン グリンピース キャベツ きゅうり ブロッコリー	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ 菓子
26	日						
27	月	●八宝菜 パインアップル 鶏レバーの甘露煮	豚肉 エビ イカ あさり 竹輪 かまぼこ さ つまあげ ずらの卵 鶏レバー こしあん スキムミルク いりこ	中華味 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 みりん 料理酒 おろしんにんにく おろししょうが 白玉粉 片栗粉	白菜 玉ねぎ 人参 きくらげ(乾) たら 竹の子 葉ねぎ パインアップル	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★蒸しパン
28	火	魚の天ぷら ひじきの甘辛煮 赤だし	たら 卵 ひじき(乾) 鶏肉 竹輪 大豆(水煮) かまぼこ さつまあげ 木綿豆腐 味噌 赤味噌 スキムミルク いりこ	和風だし 薄力粉 菜種油 食塩 三温糖 濃口醤油 料理酒 みりん 薄口醤油	しいたけ(乾) 人参 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 オレンジ	スキムミルク いりこ 菓子
29	水	鶏肉の味噌つけ焼き 五目なます すまし汁	鶏肉 味噌 油揚げ 木綿豆腐 あおのり(乾) きな粉 スキムミルク いりこ	三温糖 料理酒 みりん ごま油 米酢 薄口醤油 和風だし 食塩 わらび粉 黒砂糖	大根 きゅうり 人参 えのき 玉ねぎ 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★わらび餅
30	木	魚のムニエル マカロニサラダ ポトフ	鮭 ハム ウィンナー スキムミルク いりこ	塩こしょう 薄力粉 サラダ油 有塩バター マカロニ 食塩 マヨネーズ コンソメ じゃがいも 料理酒 薄口醤油 みりん	きゅうり 玉ねぎ コーン 大根 セロリ キャベツ しめじ 葉ねぎ	牛乳 りんご	スキムミルク いりこ 菓子
31	金	和風チャプチェ 卵スープ 味付けのり	豚肉 鶏肉 卵 味付けのり スキムミルク いりこ	春雨 中華味 三温糖 濃口醤油 ごま みりん 薄口醤油 薄力粉 ベーキングパウダー 粉糖	ごぼう ピーマン パプリカ(赤・黄) し いたけ(乾) しめじ えのき 玉ねぎ 人参 たら	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★クッキー

※献立の中の主な食材をグループ分けしています。このグループ分けには、未満児の朝のおやつと昼食(ごはん)は含まれていません。

★は、手作りおやつです。●は、ご飯に掛けてもよい献立です。

5月5日は“端午の節句”

5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを毒へびになぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、悪病災難の患いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないですね。

※嗜好調査について※

5月13日(月)に配布いたします。
5月17日(金)までに提出をお願いします。
給食作りの参考にさせて頂きたく、子どもさん
ご家庭での様子等を教えてください。
ご多忙のところ誠に申し訳ありませんが
ご協力をお願いいたします。