

日	8・22	9・23	10・24	11・25	13・27	14・28	15・29
曜日	水	木	金	土	月	火	水
献立名	ごはん 白身魚の磯部フライ 金平ごぼう 小松菜と玉ねぎのすまし汁	ごはん 肉じゃが ほうれん草とツナのサラダ 大根とえのきのみそ汁	ちゃんぽんめん チンゲン菜の中華和え 果物(バナナ)	牛肉の和風あんかけ丼 小松菜ののり和え 青ねぎと椎茸のすまし汁	ごはん 筑前煮 フロッコリーとかにかまのサラダ 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん ホイコーロー風 ★マカロニマヨサラダ 春雨とわかめのスープ	ごはん サケの照り焼き 厚揚げの煮物 小松菜のお浸し しめじと人参のみそ汁
材料名	白米 タラ 酒 塩 小麦粉 パン粉 あおさ スキムミルク 油 ささがきごぼう 人参 黄パプリカ ごま油 醤油 砂糖 酒 酒 みりん 小松菜 玉ねぎ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく キヌサヤ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん ほうれん草 ソナ 酢 醤油 砂糖 油 塩 大根 えのき 天然だし(昆布・かつお) みそ	中華麺 豚肉 キャベツ 赤かまぼこ 人参 玉ねぎ ちゃんぽんスープ みりん ごま油 チンゲン菜 太もやし 人参 ごま油 酢 醤油 砂糖 塩 白ごま バナナ	ごはん 豚肉 白菜 人参 さつま揚げ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 片栗粉 小松菜 人参 きざみのり 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 青ねぎ 椎茸 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 鶏肉 ちくわ れんこん 里芋 いんげん 天然だし(昆布・かつお) 油 醤油 砂糖 酒 みりん フロッコリー かにかま 酢 醤油 砂糖 油 塩 絹ごし豆腐 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) みそ	白米 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ みそ にんにく ごま油 醤油 砂糖 酒 みりん マカロニ 人参 グリーンピース コーン マヨネーズ 醤油 砂糖 塩 春雨 わかめ 中華だし 醤油 塩 シャンタン 白ごま	白米 サケ 醤油 砂糖 酒 みりん 油 厚揚げ 赤パプリカ 枝豆 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 小松菜 えのき 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん しめじ 人参 天然だし(昆布・かつお) みそ
副食	手作りゼリー(りんご)、牛乳 りんごジュース イナアガー 砂糖 牛乳	ごまクッキー、牛乳 小麦粉 砂糖 黒ごま 油 塩 牛乳	おなかチーズおにぎり、麦茶 白米 ミックステース かつお節 醤油 麦茶	お菓子、牛乳 お菓子 牛乳	駄ラスク、牛乳 駄 砂糖 バター 牛乳	ココアパンケーキ、牛乳 小麦粉 砂糖 ココア 塩 油 ベーキングパウダー 牛乳	塩焼きそば、麦茶 中華麺 人参 玉ねぎ チンゲン菜 本だし 塩 油 麦茶
栄養価	幼児 506kcal 蛋白14.6g 脂質12.8g 塩分1.5g 乳児 405kcal 蛋白11.7g 脂質10.2g 塩分1.2g	幼児 656kcal 蛋白17.4g 脂質23.0g 塩分2.0g 乳児 525kcal 蛋白13.9g 脂質18.4g 塩分1.6g	幼児 501kcal 蛋白17.7g 脂質7.4g 塩分2.1g 乳児 401kcal 蛋白14.2g 脂質5.9g 塩分1.7g	幼児 639kcal 蛋白19.1g 脂質21.1g 塩分1.9g 乳児 511kcal 蛋白15.3g 脂質16.9g 塩分1.5g	幼児 563kcal 蛋白19.5g 脂質16.6g 塩分2.0g 乳児 450kcal 蛋白15.6g 脂質13.3g 塩分1.6g	幼児 655kcal 蛋白20.0g 脂質18.6g 塩分1.7g 乳児 524kcal 蛋白16.0g 脂質14.9g 塩分1.4g	幼児 472kcal 蛋白17.6g 脂質12.0g 塩分2.0g 乳児 378kcal 蛋白14.1g 脂質9.6g 塩分1.6g
A						★マカロニサラダ (マヨネーズなし)	
日	16・30	17・31	18	20	21	7	
曜日	木	金	土	月	火	火	
献立名	カレーライス ほうれん草のソテー フルーツポンチ	ごはん 牛肉のトマト煮 チンゲン菜とハムのサラダ カリフラワーとコーンのスープ	肉つとん さつま芋のごま煮 切り干し大根のサラダ	ごはん 鶏のから揚げ ひじきの煮物 菜の花と麩のすまし汁	麻婆豆腐料理 いんげんのごま和え わかめと椎茸の中華スープ	たけのこごはん ハンバーグ和風ソース フロッコリーとコーンのサラダ わかめと花麩のすまし汁	
材料名	白米 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 カレールーウ ソース ケチャップ 小麦粉 スキムミルク 油 ほうれん草 ベーコン 人参 コンソメ 醤油 油 パイン缶 寒天ゼリー みかん缶 りんご 砂糖	白米 牛肉 人参 玉ねぎ アスパラガス かぼちゃ ホールトマト ケチャップ コンソメ 塩 砂糖 チンゲン菜 ロースハム 酢 醤油 砂糖 塩 油 カリフラワー コーン コンソメ 塩 酒 醤油	つとん 豚肉 玉ねぎ 人参 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 酒 みりん さつま芋 黒ごま 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 切り干し大根 人参 酢 醤油 砂糖 塩 油	白米 鶏肉 醤油 砂糖 酒 みりん しょうが にんにく 油 塩 片栗粉 ひじき 人参 ちくわ グリーンピース 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 菜の花 麩 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	白米 豚肉 木綿豆腐 人参 玉ねぎ にんにく しょうが テンメンジャン みそ 醤油 砂糖 酒 ごま油 片栗粉 いんげん 人参 白ごま 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん わかめ 椎茸 中華だし 醤油 塩 シャンタン 白ごま	白米 たけのこ 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) 酒 みりん 醤油 塩 玉ねぎ 牛肉 豚肉 鶏肉 パン粉(乳・小麦・大豆含む) 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 酒 みりん しょうが にんにく 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 酒 みりん 片栗粉 フロッコリー コーン 酢 醤油 砂糖 油 塩 わかめ 花麩 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 みりん	
副食	手作りチヂミ、麦茶 小麦粉 片栗粉 人参 玉ねぎ ニラ ミックステース 醤油 ごま油 本だし 麦茶	みたらしまカロニ、麦茶 マカロニ 醤油 砂糖 片栗粉 麦茶	お菓子、牛乳 お菓子 牛乳	おいなり風おにぎり、麦茶 白米 油揚げ 酢 醤油 砂糖 塩 麦茶	コーン蒸しパン、牛乳 小麦粉 砂糖 コーン ベーキングパウダー 塩 牛乳	かしわもち、麦茶 かしわもち 麦茶	
栄養価	幼児 623kcal 蛋白14.6g 脂質17.8g 塩分2.3g 乳児 498kcal 蛋白11.7g 脂質14.2g 塩分1.8g	幼児 531kcal 蛋白14.7g 脂質15.9g 塩分1.9g 乳児 425kcal 蛋白11.8g 脂質12.7g 塩分1.5g	幼児 474kcal 蛋白16.2g 脂質10.6g 塩分2.1g 乳児 379kcal 蛋白13.0g 脂質8.5g 塩分1.7g	幼児 584kcal 蛋白18.8g 脂質16.2g 塩分1.6g 乳児 467kcal 蛋白15.0g 脂質13.0g 塩分1.3g	幼児 623kcal 蛋白20.0g 脂質13.4g 塩分2.1g 乳児 498kcal 蛋白16.0g 脂質10.7g 塩分1.7g	幼児 533kcal 蛋白17.3g 脂質10.7g 塩分2.2g 乳児 426kcal 蛋白13.8g 脂質8.6g 塩分1.8g	
A							



5月は端午の節句です！

端午の節句では鎧兜や武者人形、こいのぼりを昔から飾る風習があります。また、菖蒲湯に入って厄払いをするという風習もあります。

端午の節句の食べ物で思い浮かべるものとして有名なのは柏餅やちまきですが、5月に旬の食材である『たけのこ』も縁起がいい食材とされています。その所以として『たけのこ』がまっすぐに成長する様子と子どもがすくすくと成長する様子がかけているからです。

今月は行事食として7日の昼食に『たけのこごはん』を、おやつに『かしわもち』を提供します！

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。 株式会社 雷書屋
 ※★印はアレルギーA除去食対象です。
 ※アレルギー-B,Cは別紙メニューになります。