

平成 30 年



5月献立表

認定こども園
みなみ保育園

日	曜	献立名	離乳食	3歳未満児 午前おやつ	全児午後おやつ
1	火	麦ごはん 焼肉 味噌マヨ和え チーズ わかめとたけのこの味噌汁 フルーツ	粥 ジャガイモ煮 キャベツのお浸し チーズ 味噌汁 フルーツ	ピスケット お茶	ココアゼリー
2	水	麦ごはん 春野菜のかに玉風 もやしのナムル レタススープ フルーツ	粥 野菜煮 小松菜のお浸し スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	せんべい ピスケット りんごジュース
憲法記念日					
みどりの日					
こどもの日					
7	月	麦ごはん さばの味噌煮 ほうれん草のおかか和え チャブスイ フルーツ	粥 煎魚 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	ピスケット 豆乳	フルーツゼリー
8	火	★キャロットピラフ チキンステーキ照り焼きソース マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ★(お誕生日会)		ピスケット りんごジュース	ロールケーキ 紅茶
9	水	麦ごはん 手羽元のコトコト煮 大根サラダ 小松菜と生揚げの味噌汁 フルーツ	粥 根菜煮 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	飲む手作りヨーグルト ピスケット
10	木	エッグカレー みかんときゅうりの和え物 長ネギとしめじの味噌汁 フルーツ	粥 マッシュポテト 人参煮 味噌汁 フルーツ	小魚 鉄ミルク	せんべい ピスケット ミロミルク
11	金	おにぎり ウインナー きゅうりスティック 具沢山の味噌汁 バナナ	粥 かぼちゃ煮 味噌汁 フルーツ	ピスケット 鉄ミルク	
12	土	おにぎり ウインナー たくあん お茶 バナナ	おじや フルーツ 飲み物	飲み物	ピスケット お茶
14	月	麦ごはん 魚の洋風焼き ブロッコリーのチーズおかか和え わかめとしいたけのスープ フルーツ	粥 煎魚 野菜煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	ホットケーキ 牛乳
15	火	パン ポパイオムレツ 春雨サラダ オニオンスープ フルーツ	パン粥 春雨煮 ほうれん草のお浸し スープ フルーツ	ピスケット 豆乳	おにぎり お茶
16	水	麦ごはん レバーの唐揚げ ジャーマンポテトサラダ キャベツと麩の味噌汁 フルーツ	粥 レバーベースト マッシュポテト 味噌汁 フルーツ	ブルーン 鉄ミルク	シュガーパイ 紅茶
17	木	豚丼 フレーク和え 長ネギと生揚げの味噌汁 フルーツ	粥 ほうれん草のお浸し 根菜煮 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	せんべい ピスケット ミロミルク
18	金	肉野菜うどん えびの天ぷら きゅうりの塩昆布和え フルーツ	煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜煮 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	スティックパン 牛乳
19	土	おにぎり ウインナー たくあん お茶 バナナ	おじや フルーツ 飲み物	飲み物	ピスケット お茶
21	月	麦ごはん さけマヨ ピーナツ和え 豆腐ともやしの味噌汁 フルーツ	粥 煎魚 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツ	ピスケット 鉄ミルク	ブチケーキ お茶
22	火	麦ごはん 高野豆腐のオランダ煮 ひじきサラダ 長ネギとなめこの味噌汁 フルーツ	粥 野菜煮 キャベツのお浸し 味噌汁 フルーツ	チーズ 豆乳	フルーツ入り手作りヨーグルト
23	水	ミートソーススマッシュ ポテトチップサラダ ほうれん草と大根のスープ フルーツ	煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	ジャムパン 牛乳
24	木	カレーライス かにかまサラダ わかめとえのきの味噌汁 フルーツ	粥 人参煮 キャベツのおひたし 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	せんべい ピスケット 豆乳
25	金	麦ごはん 千草焼き スマッシュサラダ 納豆 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ	粥 野菜煮 スマッシュサラダ 納豆 味噌汁 フルーツ	チーズ 鉄ミルク	コーンフレーク 牛乳
26	土	おにぎり ウインナー たくあん お茶 バナナ	おじや 飲み物 フルーツ	飲み物	せんべい お茶
28	月	麦ごはん 煎魚 スタミナ納豆 チーズ わかめと大根の味噌汁 フルーツ	粥 煎魚 ひきわり納豆 チーズ 味噌汁 フルーツ	ピスケット 鉄ミルク	フルーツロール お茶
29	火	パン 鶏の洋風煮込み クイックサラダ コーンスープ フルーツ	パン粥 かぼちゃ煮 野菜煮 スープ フルーツ	せんべい 鉄ミルク	たぬきうどん
30	水	麦ごはん 豚カツ 千キャベツ おからの煮物 小松菜と麩の味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 フルーツ	ブルーン 鉄ミルク	ジャム入り手作りヨーグルト
31	木	天津飯 ナムル風煮浸し 豆腐とにらの味噌汁 フルーツ	粥 煎魚 ほうれん草煮 味噌汁 フルーツ	小魚 豆乳	せんべい ピスケット はちみつレモン

食育便り

5月5日は端午の節句

* 端午とは、中国で「月はじめの午の日」という意味があり、もともとは惡日でした。そこで、炎いをはらうためにしょうぶやよもぎを用いていました。それが日本に伝わり、しょうぶ湯などの風習が生まれました。この日にはちまきやかしわもちを食べます。ちまきも中国から伝わつたもので、現在は笹でくるむのが普通ですが、本来は茅の葉で巻いていました。



※材料等の都合により、献立が変更になる事もあります