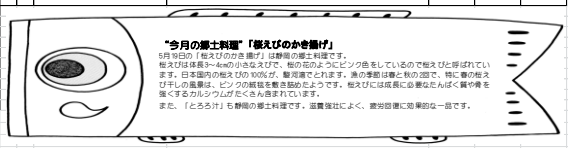
５　月　の　給　食

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
1	金	中華風おこわ 春巻き ちやしとほうれん草のナムル 春雨スープ	もち米・米・焼き豚・たけのこ・人参・干しいたけ・ オイスターソース・しょうゆ・酒 玉ねぎ・チャベツ・竹の子・人参・ちやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 ちやし・ほうれん草・淡口醤油・酢・ごま油 チンゲン菜・人参・春雨・コンソメ	ソフトケーキ	もち缶	抹茶ミルクわらびもち（手作り）
2	土	カレーライス カニスパサラダ	牛肉・大根・玉ねぎ・じゃがいも・人参・カレールウ・王子麩・油 スパゲティ・カニカマ・きゅうり・コーン缶・マヨネーズ・塩・こしょう	ミニポンこざかな	ポールチーズ	
4	月	みどりの日				
5	火	子どもの日				
6	水	振替休日				
7	木	ご飯 タンドリーチキン マカロニサラダ（ツナ） クラムチャウダー	米 鶏肉・ケチャップ・カレー粉・ヨーグルト マカロニ・きゅうり・コーン缶・ツナ缶・マヨネーズ・塩・こしょう ベーコン・玉ねぎ・じゃがいも・人参・チャウダーの素・スキムミルク	豆乳ラスク	バナナ	いちご
8	金	ご飯 白魚のみそ漬け焼き れんこん入りきんぴらごぼう 若竹汁	米 白魚・みそ・砂糖・みりん・酒 れんこん・ささがき・人参・糸こん・すりごま・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 竹の子・わかめ・だし・淡口醤油	木の葉せんべい	ブルーベリーヨーグルト	ミニメロンパン
9	土	胚芽パン バナナ		紫いもチップ		
11	月	ビビンバ エビしゅうまい きのこのスープ	米・牛ひき肉・ほうれん草・大根・ちやし・人参・卵・砂糖・みりん・酢・淡口醤油・ごま油 玉ねぎ・魚肉すり身・卵白・豚脂・えび・豆腐・えびエキス・醤油・えびパウダー・ほたてエキス・オイスターソース・塩・砂糖・小麦粉・香辛料 しいたけ・しめじ・えのき・コンソメ	パンダせんべい	みかん缶	えび満月
12	火	白いパン／キャラメルクリーム 牛肉コロッケ キャベツとコーンのサラダ ミネストローネ	白いパン／キャラメルクリーム 牛ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・酒・塩・小麦粉・パン粉・油 キャベツ・コーン缶・フレンチドレッシング マカロニ・ウインナー・ブロッコリー・玉ねぎ・トマトピューレ・コンソメ	おやつカステラ	ミニゼリー	みかん缶のヨーグルト和え（手作り）
13	水	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き ミニトマト 煮しめ野菜 納豆汁	米 豚ミンチ・鶏ミンチ・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・生姜粉・小麦粉・油・土生姜・薄口醤油・砂糖・みりん・片栗粉 ミニトマト ブロッコリー・さつまいも・塩 納豆・青ねぎ・だし・みそ	ミニのりすけ	パイン缶	ビスコ
14	木	ご飯 鯖のみそ煮 ほうれん草の白和え 麩とねぎのすまし汁	米 鯖・みそ・土生姜・砂糖・みりん・酒 ほうれん草・人参・糸こんにゃく・豆腐・すりごま・だし・砂糖・淡口醤油・みそ 麩・ねぎ・だし・淡口醤油	きなこウエハース	ベビーダノン	ぶどうのゼリー
15	金	親子うどん 白魚の黒白揚げ きゅうりとわかめの酢の物	うどん・鶏肉・うす揚げ・かまぼこ・青ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん 白魚・玉ねぎ・さつまいも・豆腐・ひじき・淡口醤油・みそ・片栗粉・油 きゅうり・わかめ・砂糖・酢・淡口醤油	白い風船	ポールチーズ	バナナ
16	土	おにぎり 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ 豚汁	米・混ぜるわかめ 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 豚肉・大根・白菜・人参・板こん・だし・みそ	アスパラガス	ミニゼリー	

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
18	月	全粒粉のパン／いちごジャム ハンバーグ 三度豆とツナのサラダ ふわふわスープ	全粒粉のパン／いちごジャム 牛ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉・塩・こしょう 三度豆・ツナ缶・マヨネーズ ベーコン・卵・じゃがいも・玉ねぎ・小松菜・人参・コンソメ・パン粉	動物おかき	もち缶	シリアル
19	火	きのことそぼろの混ぜご飯 桜えびのかき揚げ ちやしときゅうりのゆかり和え とろろ汁	米・鶏肉・ささがきごぼう・人参・しめじ・えりんぎ・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 桜えび・新玉ねぎ・そら豆・卵・小麦粉・油 ちやし・きゅうり・ゆかり 長芋・青ねぎ・淡口醤油・みりん	畑のクラッカー	いちごヨーグルト	食べっこ動物
20	水	野菜たっぷりマーボー丼 春雨ハムサラダ わかめスープ	米・豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・しめじ・にら・砂糖・淡口醤油・鶏ガラスープ・みそ・片栗粉・ごま油 春雨・ハム・きゅうり・マヨネーズ・塩・こしょう わかめ・卵・コンソメ	ベジかりん	いちごヨーグルト	バナナ
21	木	豆ごはん 鮭の塩焼き 千切大根とカニカマのサラダ のっぺい汁	米・えんどう豆・塩 鮭・塩 千切大根・カニカマ・きゅうり・コーン缶・黒ごま・淡口醤油・マヨネーズ 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・里いも・ほめこ・椎茸・だし・淡口醤油・みりん・片栗粉	豆乳ドーナツ	ベビーダノン	ぱんち揚げ
22	金	ご飯 鶏のから揚げ ひじきサラダ クリームシチュー	米 鶏肉・唐揚げ粉（乳入り）・油 ひじき・ツナ缶・きゅうり・人参・マヨネーズ ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・クリームシチュー・スキムミルク	ふわふわチップ	みかん缶	いちごパイ
23	土	胚芽パン バナナ		おさつでポン		
25	月	ロールパン ワインナーとマカロニのケチャップ煮 ブロッコリーとパプリカのサラダ コーンポタージュ	ロールパン ポークビッツ・人参・玉ねぎ・じゃがいも・マカロニ・トマト水煮・ブイヨン・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 ブロッコリー・パプリカ赤・コーン缶・フレンチドレッシング コーンクリーム缶・玉ねぎ・牛乳・生クリーム・小麦粉・コンソメ・油	ミレービスケット	ブルーベリーヨーグルト	源氏パイ
26	火	麩のきのこのスパゲティ エビフライ コールスローサラダ	スパゲティ・鶏肉・玉ねぎ・しめじ・舞茸・えのき・青しそ・ブイヨン・淡口醤油 えび・小麦粉・パン粉・油 キャベツ・人参・きゅうり・コーン缶・フレンチドレッシング	カルテジあにまるクッキー	ミニゼリー	小魚せんべい
27	水	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草とえのきのおひたし じゃがいもとわかめのみそ汁	米 牛肉・白菜・玉ねぎ・小松菜・焼き豆腐・糸こんにゃく・麩・石麩・砂糖・みりん・淡口醤油・油 ほうれん草・えのき・淡口醤油・だし じゃがいも・わかめ・だし・みそ	カルシウムせんべい	バナナ	プルーンヨーグルト
28	木	ご飯 鯨のフライ こんにゃくきんぴらカレー風味 五目汁	米 鯨・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・油 豚肉・ピーマン・人参・糸こんにゃく・酒・カレー粉・淡口醤油・ごま油 大根・ささがきごぼう・人参・春雨・わかめ・ねぎ・だし・淡口醤油・みりん	鉄芽スティック	ポールチーズ	ごぼうスナックするめ
29	金	ちらしずし 三度豆のおかか和え 麩とわかめのすまし汁	米・砂糖・酢・塩・高野豆腐・ささがきごぼう・人参・ちくわ・うす揚げ・干しし椎茸・乾しらす・もみのり・だし・砂糖・淡口醤油・みりん 三度豆・おかか・淡口醤油 麩・わかめ・だし・淡口醤油	鉄たっぷりちらすくん	ベビーダノン	ごまごまクッキー（手作り）
30	土	胚芽パン バナナ		子どものクッキー		



“今月の郷土料理”「桜えびのかき揚げ」

5月19日の「桜えびのかき揚げ」は静岡の郷土料理です。
桜えびは体長3～4cmの小さなえびで、桜の花のようにピンク色をしているので桜えびと呼ばれています。日本国内の桜えびの100%が、駿河湾でとれます。漁の季節は春と秋の2回で、特に春の桜えびそしの風景は、ピンクの絨毯を敷き詰めたようです。桜えびには成長に必要なたんぱく質や骨を強くするカルシウムがたくさん含まれています。
また、「とろろ汁」も静岡の郷土料理です。滋養強壮によく、疲労回復に効果的な一品です。