



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	エネルギー	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー
2	月	中華風おこわ エビしゅうまい 三度豆のごま和え 春雨スープ	もち米・米・焼き豚・たけのこ・人参・干しいたけ・鶏ガラスープ・オイスターソース・しょうゆ・酒 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 三度豆・すりごま・淡口醤油 チンゲン菜・人参・春雨・コンソメ	野菜入り ソフトせん	おさかなの ソーセージ	あんこ 春巻き (手作り)	乳児 420 kcal 幼児 533 kcal	18	水	ミネラルロール ハンバーグ ごぼうサラダ 汁ピーフン	ミネラルロール (パン) 牛ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉・牛乳・塩・こしょう ささがきごぼう・きゅうり・コーン缶・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ キャベツ・もやし・人参・ロールイカ・かまぼこ・ピーフン・ウエイパー・淡口醤油	こども ビスケット	みかん缶	えびせんべい 満月	乳児 485 kcal 幼児 532 kcal
3	火		憲法記念日	/				19	木	ご飯 煮魚 白菜のお浸し 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	米 白身魚・土生姜・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 白菜・きゅうり・人参・もやし・おかか・淡口醤油 玉ねぎ・うす揚げ・だし・みそ	ふわふわ チップ	おさかなの ソーセージ	エントリー	乳児 408 kcal 幼児 496 kcal
4	水		みどりの日					20	金	ご飯 鶏と大根の五目煮 小松菜とツナのごま酢和え はんぺんとわかめのすまし汁	米 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・干し椎茸・板こんにゃく・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 小松菜・ツナ缶・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 はんぺん・わかめ・だし・淡口醤油	マンナ ウエファー	ボール チーズ	エース コイン	乳児 415 kcal 幼児 555 kcal
5	木		こどもの日					21	土	おにぎり2種 ほうれん草のおひたし 豚汁 牛乳	米・混ぜるわかめ・鮭ピン ほうれん草・淡口醤油・だし 豚肉・大根・白菜・人参・板こん・だし・みそ 牛乳	ミニハート	ミニゼリー		乳児 421 kcal 幼児 460 kcal
6	金	豚みそ丼 ブロッコリーのおかか和え 豆腐とねぎのすまし汁	米・豚肉・糸こんにゃく・椎茸・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ ブロッコリー・おかか・淡口醤油 豆腐・ねぎ・だし・淡口醤油	豆乳 どーなつ	いちご ヨーグルト	チョイス	乳児 417 kcal 幼児 524 kcal	23	月	舞茸と鶏のひじきご飯 納豆のぼくだん揚げ 三度豆のおかか和え 麩と水菜のすまし汁	米・鶏ひき肉・舞茸・ひじき・ささがきごぼう・板こんにゃく・人参・油揚げ・だし・酒・みりん・淡口醤油 納豆・桜えび・さつまいも・玉ねぎ・みつば・人参・小麦粉・塩・油 三度豆・おかか・淡口醤油 麩・水菜・だし・淡口醤油	にぎにぎ ポーロ	ベビー ダノン	まがり せんべい	乳児 484 kcal 幼児 551 kcal
7	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・王子様・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	カルテツ いわし おかき	ミニゼリー		乳児 471 kcal 幼児 568 kcal	24	火	ハヤシライス コールスローサラダ きのこのスープ	米・牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・ハヤシルウ・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 しいたけ・しめじ・えのき・コンソメ	きなこ せんべい	ボール チーズ	国産みかん ゼリー	乳児 422 kcal 幼児 537 kcal
9	月	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草としらすのもみりり 五目汁	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・酒・みりん・淡口醤油 ほうれん草・しらす・もみりり・淡口醤油・だし 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	ミニぼん こざかな	ボール チーズ	みかん缶 の ヨーグルト 和え (手作り)	乳児 447 kcal 幼児 539 kcal	25	水	五目ラーメン かぼちゃの天ぷら 千切大根のサラダ	中華そば・豚肉・ちくわ・卵・ほうれん草・人参・もやし・椎茸・酒・ウエイパー・淡口醤油・片栗粉・ごま油 かぼちゃ・小麦粉・卵・油 千切大根・ハム・ヨーグルト・マヨネーズ・塩	紫芋チップ	いちご ヨーグルト	きなこ トースト (手作り)	乳児 489 kcal 幼児 607 kcal
10	火	全粒粉のパン/いちごジャム 白身魚のフライ アスパラとハムのサラダ クラムチャウダー	全粒粉のパン/いちごジャム 白身魚・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・油 アスパラ・ハム・フレンチドレッシング 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	カルシウム せんべい	ベビー ダノン	シスコーン (マイルド チョコ) 牛乳	乳児 464 kcal 幼児 479 kcal	26	木	ご飯 カラスカレイの照り焼き れんこん入りきんぴらごぼう 厚揚げとねぎのみそ汁	米 カラスカレイ・酒・みりん・砂糖・淡口醤油・片栗粉 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 厚揚げ・青ねぎ・だし・みそ	やおやさん カステラ	おさかなの ソーセージ	バナナ	乳児 466 kcal 幼児 529 kcal
11	水	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き かぼちゃサラダ しめじと白菜のみそ汁	米 豚ミンチ・鶏ミンチ・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・生椎茸・小麦粉・油・土生姜・薄口醤油・砂糖・みりん・片栗粉 かぼちゃ・ヨーグルト・マヨネーズ・塩 しめじ・白菜・だし・みそ	胚芽 スティック	みかん缶	ビスコ	乳児 475 kcal 幼児 600 kcal	27	金	レタスチャーハン えびフライ ブロッコリーとパプリカのサラダ ポテトスープ	米・レタス・玉ねぎ・人参・ベーコン・卵・フイヨン・油 えび (ブラックタイガー)・小麦粉・パン粉・油・塩 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 じゃがいも・人参・わかめ・昆布・淡口醤油	畑の クラッカー	ミニゼリー	ワッフル カルピス	乳児 422 kcal 幼児 509 kcal
12	木	ご飯 すき焼き風煮 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ 大根となめこのみそ汁	米 牛肉・白菜・玉ねぎ・焼き豆腐・糸こんにゃく・麩・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・油 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 大根・なめこ・だし・みそ	アスパラ ガス	ブルー ベリー ヨーグルト	いちご	乳児 411 kcal 幼児 473 kcal	28	土	ミニストロベリーツイスト バナナ ウインナーと野菜のスープ 牛乳	ミニストロベリーツイスト バナナ ウインナー・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ 牛乳	かまぼこ ちっぷす			乳児 456 kcal 幼児 505 kcal
13	金	野菜たっぷりマーボー丼 三度豆と春雨のサラダ 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 三度豆・春雨・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ わかめ・卵・コンソメ	鉄入り たっぷり しらすくん	ミニゼリー	ブルー ン ヨーグルト	乳児 454 kcal 幼児 584 kcal	30	月	ご飯 鶏の唐揚げ ジャーマンポテト 呉汁	米 鶏肉・土生姜・にんにく・酒・みりん・淡口醤油・卵・小麦粉・片栗粉・油 じゃがいも・玉ねぎ・ベーコン・塩・こしょう ごぼう・板こんにゃく・人参・大根・ねぎ・大豆水煮・みそ・油	カルテツ ビッコロ スティック	ボール チーズ	プリン (手作り)	乳児 524 kcal 幼児 622 kcal
14	土	ヘアロール バナナ 鶏と野菜のスープ おさかなのソーセージ 牛乳	ヘアロール (パン) バナナ 鶏肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆・コンソメ おさかなのソーセージ 牛乳	野菜ス ティック			乳児 420 kcal 幼児 522 kcal	31	火	ご飯 チンジャオロース風炒め 人参サラダ にら玉スープ	米 牛肉・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ・土生姜・酒・砂糖・淡口醤油・ごま油 人参・もやし・ほうれん草・コーン缶・淡口醤油・酢・ごま油 にら・卵・コンソメ	パリパリ ポテト	ブルー ベリー ヨーグルト	麦ふあー バナナ	乳児 480 kcal 幼児 589 kcal
16	月	ほうとううどん さつまいものレモン煮 ブロッコリーのごま和え	きしめん・豚肉・大根・ごぼう・かぼちゃ・油揚げ・白ねぎ・だし・酒・みりん・塩・みそ さつまいも・砂糖・レモン汁 ブロッコリー・すりごま・淡口醤油	ミレー ビスケット	バナナ	カリボテ	乳児 425 kcal 幼児 483 kcal								
17	火	★鶏飯 春巻き ハリハリサラダ	米・ささみ・卵・干しいたけ・人参・砂糖・みりん・醤油・たくあん・ねぎ・レモン・鶏ガラスープ・酒・塩・刻みのり 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ	白い風船	ミニゼリー	わらび餅 (手作り)	乳児 482 kcal 幼児 618 kcal								

※新メニューには★印をつけています。
※エネルギーの目標値は 乳児：475 kcal 幼児：520 kcal です。土曜日の午後のおやつは決まっていないので、乳児は 50 kcal、幼児は70 kcalをプラスして計算しています。

“今月の郷土料理” 「鶏飯 (けいはん)」

鶏飯は鹿児島県の郷土料理です。ご飯をお椀に盛り、細かくさいた蒸し鶏のささみ、錦糸卵、甘辛く煮た千切のしいたけ、バパイアの漬物 (今回の給食ではたくあん) のみじん切りを盛り付け、薬味を添えて、出し汁をかけて食します。
鶏飯は1600年代に薩摩藩のもてなし料理として生まれたと伝わります。当時は炊き込みご飯でしたが、戦後にアレンジされ現在のようなお茶漬け風になりました。

