



# 5 月 の 給 食

献立		食 材		午前のおやつ		午後のおやつ		エネルギー		献立		食 材		午前のおやつ		午後のおやつ		エネルギー	
1	火	ご飯 ★酢鶏 茹で野菜 豆腐とほうれん草のみそ汁	米 鶏肉・玉ねぎ・じゃがいも・ピーマン・人参・椎茸・酒・砂糖・酢・淡口醤油・ケチャップ・片栗粉・油・ごま油 ブロッコリー・さつまいも・塩 豆腐・ほうれん草・だし・みそ	きなこ ウエハース	おさかなの ソーセージ	柑橘 ゼリー	乳児 418kcal 幼児 492 kcal	18	金	ミネラルロール 照り焼きチキン ミネストローネ バナナ	ミネラルロール (パン) 鶏肉・酒・みりん・砂糖・淡口醤油・片栗粉 マカロニ・ウインナー・三度豆・玉ねぎ・じゃが芋・人参・トマトピューレ・トマト缶・コンソメ・砂糖 バナナ	こめおこし	ミニゼリー	ハーベスト	乳児 485 kcal 幼児 506 kcal				
2	水	麻婆丼 人参サラダ レタススープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・青ねぎ・砂糖・淡口醤油・みそ・ケチャップ・豆板醤・片栗粉 人参・もやし・ほうれん草・コーン缶・淡口醤油・酢・ごま油 レタス・人参・コンソメ	野菜 スティック	ブルーベリー ヨーグルト	ミニ たい焼き	乳児 508kcal 幼児 593 kcal	19	土	豚ひき肉の春雨丼 カニバスアラダ 牛乳	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・干し椎茸・春雨・酒・ウエイパー・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 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 牛乳	チーズ クラッカー		プレミアム	乳児 412 kcal 幼児 521 kcal				
3	木	憲法記念日		みどりの日		こどもの日		21		月	けんちんうどん 千切大根とカニカマのサラダ 粉ふき芋	うどん・豚肉・焼き豆腐・大根・ごぼう・人参・里いも・だし・淡口醤油・みりん・ごま油 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 じゃが芋・塩・青のり	おさつで ボン	スティック チーズ	みかん ヨーグルト (手作り)	乳児 355 kcal 幼児 430 kcal			
4	金	みどりの日		こどもの日		22		火	ご飯 鶏の唐揚げ ★きのこのマリネ 玉ねぎとわかめのみそ汁	米 鶏肉・土生姜・にんにく・酒・みりん・淡口醤油・小麦粉・片栗粉・油 しめじ・きゅうり・しょうゆ・酢・砂糖 玉ねぎ・わかめ・だし・みそ	マンナン ウエハー	ベビー ダノン	小魚 スナック	乳児 443 kcal 幼児 488 kcal					
5	土	こどもの日		23		水	白いパン ミートボール 三度豆と春雨のサラダ 人参のポタージュ いちごジャム	白いパン 鶏ひき肉・酒・みりん・淡口醤油・塩・片栗粉・油 三度豆・春雨・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ 人参・玉ねぎ・牛乳・コンソメ・米・トマトピューレ・生クリーム いちごジャム	ふわふわ チップ	おさかなの ソーセージ	たべっ子 どうぶつ	乳児 450 kcal 幼児 500 kcal							
7	月	ご飯 鮭のチーズフライ 三度豆のおかか和え ポテトスープ	米 鮭・チーズ・小麦粉・パン粉・卵白・塩・こしょう・油 三度豆・おかか・淡口醤油 じゃがいも・人参・わかめ・昆布・淡口醤油	ノリ チップス	スティック チーズ	ポップ コーン	乳児 400 kcal 幼児 523 kcal	24	木	ご飯 さばの塩焼き キャベツのゆかり和え 豆腐と三つ葉のみそ汁	米 さば・塩 キャベツ・人参・ゆかり 豆腐・三つ葉・だし・みそ	紫芋チップ	みかん缶	源氏パイ	乳児 425 kcal 幼児 522 kcal				
8	火	ご飯 厚揚げと豚肉の炒め煮 もやしのごま和え ほうれん草と卵のみそ汁	米 厚揚げ・豚肉・ピーマン・人参・エリンギ・生姜・ごま油・砂糖・醤油・酒・鶏ガラスープ・片栗粉 もやし・すりごま・淡口醤油・ごま油 ほうれん草・卵・だし・みそ	畑の クラッカー	ベビー ダノン	米粉蒸しパン (手作り)	乳児 431 kcal 幼児 501kcal	25	金	チキンライス エビフライ フルーツサラダ もやしとわかめのスープ	米・パイオン・鶏肉・玉ねぎ・塩・こしょう・油・ケチャップ・人参 えび・小麦粉・パン粉・油 みかん・りんご・じゃがいも・人参・マヨネーズ もやし・わかめ・コンソメ	カルシウム せん	ミニゼリー	ワッフル ココア	乳児 487 kcal 幼児 567 kcal				
9	水	麦ロール タンドリーチキン 蒸しブロッコリー クリームシチュー	麦ロール (パン) 鶏肉・ケチャップ・カレー粉・ヨーグルト ブロッコリー・塩 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	ミニ のりすけ	パイン缶	おかか おにぎり (手作り)	乳児 436 kcal 幼児 515kcal	26	土	麦ロール クラムチャウダー おさかなのソーセージ バナナ 牛乳	麦ロール (パン) 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 おさかなのソーセージ バナナ 牛乳	豆乳ラスク		つなっこ	乳児 432 kcal 幼児 476 kcal				
10	木	ご飯 ★疑似豆腐 かぼちゃのそぼろ煮 えのきと三つ葉のすまし汁	米 木綿豆腐・卵・人参・三度豆・ちくわ・しいたけ・砂糖・淡口しょうゆ・塩・油 鶏ミンチ・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・かぼちゃ・片栗粉 えのき・三つ葉・だし・淡口醤油	ひじき スティック	ミニゼリー	麦ふあー パニラ	乳児 462 kcal 幼児 556kcal	28	月	ご飯 高野豆腐のオランダ煮 三度豆のごま和え 麩とねぎのみそ汁	米 高野豆腐・片栗粉・油・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ピーマン・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 三度豆・すりごま・淡口醤油 麩・ねぎ・だし・みそ	木葉 せんべい	バナナ	プレーン ヨーグルト	乳児 472 kcal 幼児 552 kcal				
11	金	ご飯 筑前煮 ポテトサラダ はんぺんと水菜のみそ汁	米 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・ちくわ・板こんにゃく・里いも・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 じゃがいも・きゅうり・りんご・コーン缶・マヨネーズ・塩・こしょう はんぺん・水菜・だし・みそ	鉄入り たっぷり しらすくん	バナナ	牛乳 かりんとう	乳児 467 kcal 幼児 591kcal	29	火	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 小松菜とこんにゃくの白和え なすとうす揚げのみそ汁	米 鶏肉・白ねぎ・しょうが・酒・醤油・砂糖・レモン汁 小松菜・こんにゃく・豆腐・だし・淡口しょうゆ・砂糖・いりごま なす・うす揚げ・だし・みそ	ミニボン 小魚	ベビー ダノン	★くるくる 食パン (手作り)	乳児 483 kcal 幼児 546 kcal				
12	土	おにぎり(2種) 小松菜とえのきのおひたし かき玉汁	米・混ぜるわかめ・鮭ピン 小松菜・えのき・だし・淡口醤油 卵・三つ葉・淡口醤油・片栗粉・だし	きなこ せんべい		ココナッツ サブレ	乳児 323 kcal 幼児 450kcal	30	水	ご飯 ★鯖の漬け焼き ひじきの煮物 もやしとしめじのみそ汁	米 鯖・しょうゆ・砂糖・みりん・酒 ひじき・糸こんにゃく・うす揚げ・人参・だし・みりん・淡口醤油 もやし・しめじ・だし・味噌	パリパリ ポテト	スティック チーズ	★パン耳 きなこ (手作り)	乳児 430 kcal 幼児 476 kcal				
14	月	ポークカレーライス 中華サラダ 白菜とえのきのスープ	米・豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・カレールウ・王子様・油 春雨・きゅうり・梅焼き・すりごま・淡口醤油・酢・ごま油 白菜・えのき・コンソメ	星っこ	もも缶	ごぼう スナック	乳児 452 kcal 幼児 587 kcal	31	木	ご飯 ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ 豆腐とねぎのすまし汁	米 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・トマト水煮・酒・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 ブロッコリー・コーン缶・にんじんドレッシング 豆腐・ねぎ・だし・淡口醤油	胚芽 スティック	みかん缶	ムーン ライト	乳児 443 kcal 幼児 600 kcal				
15	火	ご飯 ひきすり もやしときゅうりのナムル じゃがいもとわかめのみそ汁	米 鶏もも肉・焼き豆腐・麩・かまぼこ・糸こんにゃく・白菜・白ねぎ・砂糖・酒・醤油・みりん もやし・きゅうり・淡口醤油・酢・ごま油 じゃがいも・わかめ・だし・みそ	りんごジャ ムサンド	ミニゼリー	ビスコ	乳児 465kcal 幼児 545 kcal												
16	水	スパゲッティミートソース コールスローサラダ わかめスープ	スパゲッティ・合いびき肉・人参・玉葱・グリーンピース・にんにく・ケチャップ・トマトピューレ・ウスターソース・砂糖・塩・こしょう・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 わかめ・青ねぎ・ごま油・鶏がらスープ	にぎにぎ ポーロ	スティック チーズ	★メープル ポテト (手作り)	乳児 405 kcal 幼児 512 kcal												
17	木	豆ご飯 カラスカレイのみそ漬け焼き ★ならえ 麩と小松菜のすまし汁	米・えんどう豆・塩 カラスカレイ・みそ・砂糖・みりん・酒 大根・人参・こんにゃく・うす揚げ・酢・淡口醤油・砂糖 麩・小松菜・だし・淡口しょうゆ	アスパラ ガス	いちご ヨーグルト	ミレー ビスケット	乳児 418kcal 幼児 459 kcal												

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、1～2歳児。乳児デザートは、0歳児普通食、1歳児及び2歳児のみの提供となります。  
 ※乳児には午前と午後のおやつに牛乳を提供します。ただし献立により、午後の牛乳は提供しない場合がありますので、午後のおやつ献立表をご確認ください。  
 ※幼児は、昼食時に牛乳を提供しています。  
 ※エネルギーの目標値は 乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。エネルギーは、昼食・おやつ・牛乳の合計値です。

**今月の郷土料理”「ならえ」～徳島～**

ならえは、徳島県の郷土料理です。ならえは七種類に具材をいれて「七和え」と呼ばれたり、奈良から伝わったとされるため「奈良和え」とも呼ばれます。精進料理として古くから食べられており、各々の家庭で親から子へと伝えられてきました。お彼岸など一同が集まる場でもよく食べられています。

