

令和5年 5月の献立

9日麺の日、16日お弁当日、18日お誕生日会

	月 1・15・29日	火 2・16・30日	水 17・31日	木 18日	金 19日	土 6・20日
献立	豚肉と大根の煮込み 高野豆腐のあんかけ煮 かぶの味噌汁 ご飯	鯖の塩焼き 野菜豆の含め煮 青菜の味噌汁 ご飯	ビーフシチュー アスパラと胡瓜の炒め物 ご飯		白身魚のカレー風味揚げ ほうれん草のポン酢和え 南瓜の味噌汁 ご飯	肉うどん
材料	大根 高野豆腐 人参 玉葱 人参 豚バラ肉 鰹だし 酒 しめじ 醤油 三温糖 青葱 白葱 片栗粉 生姜 グリンピース 酒 醤油 三温糖 かぶ 油揚げ オイスター かぶの葉 ソース 鰹だし 味噌 片栗粉 / 米	鯖 塩 ほうれん草 えのき茸 大豆 玉葱 味噌 人参 鰹だし 大根 板こんにゃく 米 牛蒡 鰹だし 醤油 みりん 三温糖 2日柏餅(乳児:子供の日ゼリー※大豆を含みます) 16,30日さつま芋のバター焼き(さつま芋 無塩バター 塩) 牛乳	牛肉 アスパラ じゃが芋 胡瓜 玉葱 ピーマン 人参 ベーコン マッシュ 生姜 ルーム にんにく ビーフルウ 酒 塩 牛乳 胡椒 塩 胡椒 片栗粉 米		白身魚 ほうれん草 塩 胡椒 もやし 米粉 しめじ 片栗粉 人参 カレー粉 鰹だし 油 ポン酢 南瓜 玉葱 油揚げ 青葱 味噌 鰹だし	茹でうどん 牛肉 玉葱 生姜 青葱 かまぼこ 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 三温糖 塩
おやつ	りんご入りマフィン (りんご 三温糖 ホットケーキミックス) 牛乳		豆乳くずもち (豆乳 片栗粉 三温糖 きな粉 塩) ヤクルト	バナナ、小魚 (小魚 醤油 酒 三温糖 いりごま)牛乳	ジャムサンド (食パン 苺ジャム) 牛乳	パン 牛乳
	月 8・22日	火 9・23日	水 10・24日	木 11・25日	金 12・26日	土 13・27日
献立	切干大根の油炒め ひじきと大豆の含め煮 キャベツ味噌汁 ご飯	筑前煮 ご飯 南瓜のそぼろあんかけ 豆腐とわかめの味噌汁	カレーライス グリーンサラダ ご飯	鯖の西京焼き 小松菜のさっと煮 のっぺい汁 ご飯	ポークチャップ 春雨サラダ さつま芋の味噌汁 ご飯	中華そば
材料	切干大根 ひじき 豚ひき肉 大豆 人参 人参 油揚げ ピーマン 鰹だし 酒 醤油 三温糖 みりん 醤油 キャベツ 三温糖 厚揚げ えのき茸 米 鰹だし 味噌	里芋 人参 豆腐 牛蒡 レンコン わかめ 板こんにゃく 白葱 鶏もも肉 油揚げ さやいんげん 鰹だし 鰹だし 味噌 醤油 三温糖 南瓜 豚ひき肉 生姜 鰹だし 醤油 みりん 片栗粉 三温糖 / 米	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 アスパラガス 玉葱 ブロッコリー 人参 トマト カレールウ 油 酢 牛乳 塩 胡椒 塩 胡椒 レモン汁 三温糖 米 10日ヨーグルト 24日キャロットケーキ (人参 ホットケーキミックス オレンジジュース 三温糖) ヤクルト	鯖 大根 人参 塩 酒 里芋 豆腐 白味噌 油揚げ みりん 鰹だし 醤油 三温糖 みりん 塩 小松菜 人参 油揚げ 米 鰹だし 醤油 三温糖	豚肉 ほうれん草 玉葱 さつま芋 人参 鰹だし 味噌 ピーマン トマトケチャップ ウスターソース 醤油 春雨 胡瓜 三温糖 キャベツ 片栗粉 人参 もやし 米 ツナ缶 醤油 三温糖 塩 酢	中華麺 豚肉 玉葱 人参 もやし 青葱 鶏がらスープ 醤油
おやつ	チヂミ(チヂミ粉※大豆を含みます 玉葱 ニラ ゴマ油 醤油) 牛乳	おにぎり (米 わかめ いりごま 塩 三温糖 鰹節 醤油) 牛乳		ラスク (フランスパン グラニュー糖 無塩バター) 牛乳	のりじゃこトースト (のり じゃこ 食パン チーズ) 牛乳	パン 牛乳

