

令和3年 5月 献立予定表

令和3年5月28日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	土	やきうどん すまし汁	豚肉 青海苔 かつお節	油 うどん	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 えのき	お菓子	322
3	月	(祝) 憲法記念日					
4	火	(祝) みどりの日					
5	水	(祝) こどもの日					
6	木	ごはん タンドリーチキン 野菜のドレッシング和え コンソメスープ	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク ひじき	白米 砂糖 油 じゃがいも	人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ しめじ大根 にんにく しょうが ケチャップ パセリ	ひじきおにぎり	557
7	金	雑穀ごはん 魚の西京焼き カムカムサラダ 牛乳	魚 みそ 牛乳 かつお節 とろけるチーズ あおのり	白米 雑穀 砂糖 ごま油 ごま 薄力粉 長いも	ごぼう きゅうり 人参 キャベツ	お好み焼き	476
8	土	ごはん 鶏チリ 中華スープ	鶏肉 卵	白米 片栗粉 油 砂糖 春雨 ごま油	玉ねぎ ピーマン ケチャップ 人参 ねぎ 干椎茸 たけのこ きくらげ しょうが	お菓子	466
10	月	ごはん 鶏肉のから揚げ 青菜とコーンのごま和え 牛乳	鶏肉 牛乳 おから 卵	白米 薄力粉 片栗粉 油 コーン ごま 砂糖 バター ミックス粉 チョコレート	キャベツ ほうれん草 人参 にんにく	おからチョコケーキ	597
11	火	雑穀ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 野菜の甘酢和え 牛乳	鶏肉 牛乳 鮭 わかめ	白米 雑穀 砂糖 こんにやく	人参 ごぼう れんこん キャベツ きゅうり	鮭とわかめの おにぎり	493
12	水	じゃこご飯 豚汁 野菜の梅肉和え	鶏肉 じゃこ 豚肉 みそ 卵 牛乳	白米 砂糖 油 里芋 ミックス粉 バター	人参 いんげん 干椎茸 白菜 きゅうり 梅干 玉ねぎ 長ネギ 大葉 かぼちゃ	パンブキンケーキ	484
13	木	ごはん 魚の照り焼き 野菜の中華和え 春雨スープ	魚	白米 砂糖 油 ごま油 ごま 春雨	にんにく しょうが 人参 きゅうり キャベツ 白菜 ねぎ 干椎茸 ゆかり しそ	ゆかりとしその おにぎり	411
14	金	麦ごはん ポテトコロケ 人参サラダ 牛乳	合挽肉 卵 牛乳 ツナ とろけるチーズ ベーコン	白米 押麦 じゃがいも 薄力粉 パン粉 砂糖 コーン	人参 玉ねぎ ケチャップ きゅうり バジル ピーマン えのき	ピザ	618
15	土	やきそば みかんゼリー	豚肉 クリアガー	中華麺 油 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ もやし みかんジュース みかん缶	お菓子	335
17	月	麦ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根の煮物 すまし汁 牛乳	鶏肉 みそ 油揚げ 木綿豆腐 わかめ 牛乳 きな粉 スキムミルク	白米 押麦 ごま 油 砂糖 片栗粉	しょうが 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ えのき	ミルクくずもち	590
18	火	ごはん 豚肉のマーマレード煮 野菜とチーズのサラダ 牛乳	豚肉 ダイスターズ 粉チーズ 牛乳 じゃこ	白米 油 ごま	マーマレード 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ きゅうり 小松菜	青菜とじゃこの おにぎり	620
19	水	ごはん スパニッシュオムレツ みかんサラダ 牛乳	ベーコン 卵 とろけるチーズ スキムミルク 牛乳 ヨーグルト	白米 じゃがいも 砂糖	人参 パセリ ほうれん草 キャベツ きゅうり パセリ みかん缶 パナナ もも缶 パイン缶 リンゴ	フルーツヨーグルト	565
20	木	雑穀ごはん 魚のマヨネーズ焼き 野菜のじゃこ和え 味噌汁 牛乳	魚 じゃこ みそ 生揚げ スキムミルク 牛乳 煮干し かつお節 のり 干しエビ	白米 雑穀米 砂糖 マヨネーズ クリームコーン	ほうれん草 人参 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 小ねぎ	ふりかけおにぎり	586
21	金	ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン 豆腐と青梗菜のスープ 牛乳	鶏レバー みそ かまぼこ 木綿豆腐 牛乳 卵 スキムミルク ダイスターズ	白米 砂糖 油 ビーフン ごま油 バター 薄力粉	玉ねぎ 人参 ピーマン ニラ キャベツ 青梗菜 しょうが りんご	アップルケーキ	594
22	土	クリームスパゲティ トマトスープ	ベーコン 牛乳 スキムミルク	スパゲティ麺 油	しめじ 人参 玉ねぎ 小松菜 トマト えのき パセリ	お菓子	282
24	月	ごはん 鶏マヨ 野菜のフレンチ和え 牛乳	鶏肉 牛乳	白米 薄力粉 油 マヨネーズ 片栗粉 砂糖 オリーブ油 ミックス粉	人参 玉ねぎ ケチャップ ピーマン キャベツ きゅうり ココア	ちんすこう (ココア)	688
25	火	雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜とワカメの甘酢和え	豚肉 わかめ	白米 雑穀 砂糖 コーン	玉ねぎ 人参 きゅうり 大根 グリーンピース ケチャップ	さつまいも蒸しパン	496
26	水	ごはん 麻婆豆腐 拌三絲	木綿豆腐 合挽肉 みそ 卵 ハム 粉チーズ 牛乳	白米 砂糖 片栗粉 油 春雨 ごま ごま油 白玉粉	玉ねぎ 人参 ニラ しょうが きゅうり マーマレード	マーマレード ボンデケーキ	501
27	木	麦ごはん 魚の磯辺揚げ 野菜のおかか和え 味噌汁	魚 かつお節 青のり みそ スキムミルク 卵	白米 押麦 薄力粉 油 砂糖 ミックス粉	キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ かぼちゃ 小ねぎ 白菜	キャロットケーキ	456
28	金	パン チキンパルミジャーナ コールスローサラダ クリームスープ	ベーコン 牛乳 鶏肉 粉チーズ とろけるチーズ かつお節	パン コーン マヨネーズ 油 砂糖 薄力粉 パン粉 オリーブ油 白米	ブロッコリー 人参 マッシュルーム 玉ねぎ キャベツ きゅうり トマトピューレ トマト缶 にんにく 高菜	高菜おにぎり	590
29	土	牛肉丼 味噌汁	牛肉 みそ	砂糖 油 白米 しらたき	人参 玉ねぎ 長ねぎ 干椎茸 えのき しめじ 小ねぎ	お菓子	458
31	月	雑穀ごはん 肉じゃが 野菜のごま和え 牛乳	豚肉 牛乳 スキムミルク 卵 おから	白米 雑穀 じゃがいも 砂糖 ごま 薄力粉 バター	人参 玉ねぎ キャベツ もやし いんげん	おからスコーン	583

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。



5月5日はといえば、端午の節句ですね。柏餅やちまきをたべ
るご家庭も多いのではないのでしょうか。柏餅は日本独自の慣習
です。なぜ、柏の葉を巻くかご存知ですか？柏の葉は新芽が出
るまで古い葉が落ちずについていることから「子孫繁栄」の意
味が込められているそうです。ちまきは、中国から伝来したも
ので、無病息災を願うという説があるそうです。いずれも、子
を想ってできた物ですね。ぜひ、柏餅やちまきを食べてみてく
ださいね。

今年度のテーマが「世界をみる」ということで、世界の料理を
ランチで提供していこうと思います。

第1弾は、「チキンパルミジャーナ」という、オーストラリア
の料理です。揚げた鶏肉に、トマトソースとチーズをのせて焼い
た料理です。

1年を通じ、世界の味に触れていければと思います。