



# 令和6年度5月完了期献立予定表



あゆみ保育園  
給食 鈴木 貴子

こいのぼりが天高く空を泳いでいます。新年度がスタートして1か月が経ち、新しい生活で緊張気味だった子どもたちも今ではすっかり全力で保育園生活を楽しんでいるみたいです。5月になると、ゴールデンウィークもあり子どもたちも楽しみにしています。連休中の生活リズムの乱れや、連休明けの疲れによる体調不良を起こさないように早寝早起きとキッチンと食事をして元気にすごしていきましょう。



マークは旬の食材の日です ♥マークは手作りおやつ ★マークはオプションドレッシングです ☆マークは新しいメニューです

日	曜日	献立名	主な材料			おやつ(補食)
			血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	3時全員
1	水	ツナキャベツサンド(耳なし) 魚のトマトソース(カレイ) フレンチポテトサラダ	ツナ缶 納豆 カレイ ハム ベーコン 卵	食パン マヨネーズ 薄力粉 じゃがいも 精白米 三温糖	キャベツ たまねぎ ホールトマト しいたけ きゅうりにんじん かぶ こまつな 長ねぎ しょうが	麦茶
31	金	かぶとベーコンのスープ デザート				♥納豆チャーハン
2	木	軟飯 デザート かみなり豆腐	豆腐 豚肉 味噌 牛乳 卵 チーズ ハム	精白米 じゃがいも 薄力粉 ごま油 油	たまねぎ ピーマン ピーマン しいたけ ほうれんそう にんじん わかめ 果物	牛乳
27	月	ほうれんそうのお浸し じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 (油揚げなし)				♥ハムチーズ 蒸しパン
7	火	軟飯 回鍋肉(筍なし) 中華風海藻サラダ のりと卵のふわふわスープ デザート	卵 豚肉 ツナ缶 牛乳 ソーセージ チーズ	精白米 胚芽米 中華麺 ごま油 三温糖 片栗粉	キャベツ ピーマン にんじん わかめ きゅうり あおさ のり たまねぎ 果物 トマトケチャップ	牛乳 ♥そばナポリタン
誕生日会		軟飯 和風ハンバーグ 新じゃがバター醤油炒め 豆腐と若布の味噌汁 デザート	豚肉 卵 豆腐 味噌 牛乳 おから	精白米 ごま パン粉 じゃがいも	たまねぎ しいたけ にんじん えのきたけ こねぎ さやえんどう わかめ 果物	牛乳
8	水	♥おからドーナツ				
9	木	野菜うどん(油揚げ) カレイの天ぷら キャベツのごま味噌和え デザート	卵 味噌 カレイ チーズ 納豆 牛乳	うどん じゃがいも 薄 力粉 調合油 ごま 砂糖 三温糖 バター ごま	にんじん たまねぎ ほうれんそう もやし キャベツ 果物	牛乳 ♥お楽しみケーキ (生クリーム抜き)
10	金	ミックスジャムサンド(耳なし) ポテトチーズオムレツ 人参のマリネ	卵 ツナ缶 チーズ 鶏肉 味噌	食パン マーガリン じゃがいも 三温糖 オリーブ油 精白米 油	ジャム たまねぎ にんじん キャベツ トマトケチャップ にんにく しいたけ 長ねぎ わかめ コーン 果物	麦茶
24		若布とコーンのスープ デザート				♥肉みそおにぎり
11	土	軟飯 鶏ひき肉のケチャップ炒め もやしとツナのごま酢和え じゃが芋と若布の味噌汁 デザート	鶏肉 ツナ缶 味噌	精白米 油 ごま 三温糖 じゃがいも	たまねぎ 果物 トマトケチャップ もやし わかめ	麦茶 バナナ
13	月	軟飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリーの胡麻和え もやしとキャベツの味噌汁 デザート	鶏肉 高野豆腐 味噌 牛乳	精白米 片栗粉 油 じゃがいも 三温糖 ごま ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん ピーマン ブロッコリー もやし キャベツ 果物	牛乳 ♥ココアスコーン
14	火	しめじ軟飯(油揚げなし) 魚の唐揚げ中華香味だれ もやしとかにかまの和風和え	鰯 鮭 かにかま 牛乳	精白米 ごま油 薄力粉 油 マヨネーズ 三温糖	ぶなしめじ にんじん 長ねぎ もやし きゅうり ごぼう えのきたけ たまねぎ しいたけ こまつな 果物	牛乳
30	木	五目野菜スープ デザート				♥ちんすこう

15	水	ハヤシライス(軟飯) 豆腐とツナのハンバーグ ブロッコリーサラダ (レタスなし) デザート	豚肉 豆腐 ツナ缶 牛乳 卵	精白米 じゃがいも パン粉 三温糖 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん マッシュルーム缶 しいたけ あさつき トマト きゅうり ブロッコリー 果物	牛乳 ♥ホットケーキ	
16	木	軟飯 鯡のカレームニエル ベーコンと野菜のソテー 春のアスパラ味噌汁 デザート 	鯡 ベーコン 味噌 牛乳 ヨーグルト ゼラチン	精白米 薄力粉 無 塩バター 調合油 じゃがいも 砂糖	たまねぎ キャベツ にんじん ビーマン アスパラガス 長ねぎ さやえんどう しいたけ 果物 グレープフルーツジュース	牛乳 ♥ヨーグルトゼリー	
17	金	鶏南蛮うどん(挽肉) 豆腐の変わり揚げ 小松菜の和え物 (油揚げ、こんにゃくなし) デザート	鶏肉 豆腐 卵 牛乳	うどん 三温糖 ごま 精白米 マヨネーズ 薄力粉	長ねぎたまねぎ にんじん ほうれんそう ひじき こまつな あおりの キャベツ 果物	麦茶 ♥❀たこ焼き風 おにぎり	
18	土	軟飯 鶏ひき肉のしょうが焼き 胡瓜と若布の酢の物 豆腐と若布の味噌汁 デザート	鶏肉 しらす 味噌 豆腐	精白米 三温糖 ごま	たまねぎ きゅうり わかめ 果物	麦茶 ♥おにぎり	
20	月	牛蒡入り軟飯 鯖の梅照り焼き 春雨の三色和え じゃが芋と青菜の味噌汁 デザート	鯖 卵 味噌 牛乳	精白米 三温糖 ごま はるさめ じゃがいも 食パン	ごぼう にんじん さやえんどう 梅干し きゅうり こまつな たまねぎ 果物 ジャム	牛乳 ♥ジャムサンド(耳なし)	
21	火	スパゲッティミートソース コールスローサラダ きのこスープ ヨーグルト	豚肉 牛乳 卵 ヨーグルト	精白米 三温糖 ごま スパゲティ オリーブ油 薄力粉 三温糖 マヨネーズ ホットケーキミックス マーガリン	たまねぎ にんじん トマトケチャップ キャベツ コーン缶 きゅうり しいたけ しめじ ほうれんそう	牛乳 ♥まるぼうろ	
22	水	じゃこ入り軟飯 油麩の卵とじ 五目ごまあえ(しらたきな かぼちゃの味噌汁 デザート 	しらす 卵 牛乳 豆腐 ベーコン チーズ	精白米 三温糖 ごま 精白米 焼きふ 薄力粉	あおりのたまねぎ 切干しだいこん こまつな にんじん しいたけ かぼちゃ ほうれんそう 果物	牛乳 ♥豆腐のマフィン	
23	木	軟飯 デザート みそ風味つくね にんじんの炒め煮 (こんにゃくなし) 豆腐と若布のスープ	鶏肉 卵 味噌 油揚げ 豆腐 牛乳	精白米 三温糖 ごま 黒砂糖 油 薄力粉	えのきたけ 長ねぎ にんじん わかめ 果物	牛乳 ♥黒糖蒸しパン	
25	土	<b>あゆみまつり(お土産があります)</b>					
28	火	ふりかけ軟飯 鶏つくね ブロッコリーとツナのサラダ カレースープ(挽肉) デザート	鶏肉 卵 ふりかけ	精白米 三温糖 じゃがいも 油 食パン マーガリン	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ ほうれんそう ごぼう 果物	牛乳 ♥シュガートースト(耳なし)	
29	水	野菜うどん (乾麺・油揚げなし) ❀大豆と牛蒡のかくれんぼう 切干大根の甘酢和え デザート	鶏肉 卵 しらす 大豆水煮	うどん 砂糖 薄力粉 調合油 精白米 マヨネーズ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ごぼう ひじき 切干しだいこん きゅうり ねぎ 果物	牛乳 ♥焼き卵飯	

○延長保育の補食について…バナナ、おにぎり、サラダせんべいを曜日ごとに提供しています