



# 5月給食献立表



2022年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

日曜	昼食	10時(3未)	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
		ミルク				
2月	鶏肉の照り焼き ひじきサラダ キャベツのみそ汁 オレンジ	さきすめ	プリンタルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・鶏肉・ツナ缶 油揚げ・煮干・みそ	上白糖・片栗粉・米粉 プリン・マヨネーズ	ほしひじき・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ わかめ・オレンジ
3火	憲法記念日					
4水	みどりの日					
5木	こどもの日					
6金	白身魚の変わり西京焼き 春雨サラダ すまし汁 オレンジ	シガーフライ	おからドーナツ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 メルルーサ・ロースハム かまぼこ・煮干・おから	揚げせんべい・上白糖 マヨネーズ・ごま・春雨 ごま油・ホットケーキMIX 調合油	玉ねぎ・人参・きゅうり 根みつば・わかめ・椎茸 オレンジ
7土	肉うどん 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・牛肉・煮干 チーズ	うどん・上白糖 マーガリン・パン	人参・椎茸・ほうれん草 ねぎ・バナナ
9月	筑前煮 つまみ揚げ なめこのみそ汁 オレンジ	パン	ミニピザ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・卵・豆腐・みそ 煮干・ベーコン・チーズ	パン・上白糖・調合油 薄力粉・ぎょうざの皮	ごぼう・人参・グリーンピース 椎茸・玉ねぎ・コーン・なめこ えだまめ・ねぎ・わかめ ピーマン・オレンジ
10火	ハヤシライス きゅうりの酢の物 ゆで卵 チーズ パナナ	ビスケット	五目おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・しらす・卵・チーズ 鶏肉・油揚げ	ビスケット・じゃがいも ごま・上白糖・米	人参・玉ねぎ・しめじ・ごぼう コーン・グリーンピース・わかめ きゅうり・椎茸・バナナ
11水	麻婆豆腐 かぼちゃの煮物 もやしスープ オレンジ	かみかみこんぶ	コーンフレーク クッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚ひき肉・豆腐・みそ	上白糖・ごま油・バター ホットケーキMIX コーンフレーク	昆布・にんにく・生姜・人参 玉ねぎ・ねぎ・かぼちゃ・にら もやし・わかめ・オレンジ
12木	お弁当の日					
13金	さばの塩焼き コールスローサラダ 小松菜のみそ汁 オレンジ	シガーフライ	ヨーグルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 まさば・ロースハム・みそ 煮干・ヨーグルト	揚げせんべい・上白糖 調合油・マヨネーズ	キャベツ・きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ・わかめ オレンジ
14土	和風スパゲティ 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・ベーコン 煮干・チーズ	パスタ・バター・上白糖 マーガリン・パン	人参・玉ねぎ・ねぎ ほうれん草・焼きのり にんにく・バナナ
16月	牛肉のしぐれ煮 もやしサラダ わかめのみそ汁 オレンジ	スナックパン	焼きそば	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・ベーコン・豆腐 みそ・煮干・豚肉	パン・上白糖・調合油 マヨネーズ・中華めん	ごぼう・人参・生姜・もやし きゅうり・玉ねぎ・わかめ キャベツ・椎茸・ピーマン あおのり・オレンジ
17火	<b>誕生会</b> チャーハン 鶏肉のから揚げ キャベツの中華和え 白菜のスープ オレンジ	かみかみこんぶ	ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 焼豚・鶏肉・ベーコン	米・調合油・片栗粉・ごま 油・上白糖・ショートケーキ	昆布・人参・玉ねぎ・ピーマン グリーンピース・生姜・白菜 キャベツ・きゅうり・にら ほしひじき・ねぎ・オレンジ
18水	豚肉のカレー炒め 卵焼き 野菜スープ オレンジ	さきすめ	ジャムマフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚肉・卵 しらす干し	調合油・上白糖 ブルーベリージャム ホットケーキMIX・バター	玉ねぎ・ピーマン・人参 赤ピーマン・根みつば キャベツ・もやし・オレンジ
19木	グラタン 青菜ののり和え すまし汁 パナナ	ビスケット	ツナサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・チーズ・豆腐 かまぼこ・煮干・ツナ缶	ビスケット・マカロニ バター・薄力粉・パン マヨネーズ	しめじ・玉ねぎ・人参 グリーンピース・ほうれん草 もやし・焼きのり・根みつば わかめ・コーン・バナナ
20金	鮭フライ 和風サラダ ふのみそ汁 オレンジ	シガーフライ	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 べにざけ・みそ・煮干	揚げせんべい・薄力粉 パン粉・調合油・焼きふ プリンの素	キャベツ・人参・もやし わかめ・コーン・ねぎ 玉ねぎ・オレンジ
21土	チャンメン 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉 かまぼこ・煮干・チーズ	中華めん・調合油 上白糖・マーガリン・パン	キャベツ・人参・椎茸 もやし・ピーマン・ねぎ バナナ
23月	鶏肉のグリル きんぴらごぼう えのきのみそ汁 オレンジ	パン	お好み焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・竹輪・油揚げ・豆腐 煮干・みそ・豚肉・卵	パン・じゃがいも・ごま 上白糖・調合油・天かす お好み焼き粉	赤ピーマン・ごぼう・人参 ほしひじき・グリーンピース えのきたけ・ねぎ・わかめ キャベツ・オレンジ
24火	豚汁 かみかみサラダ ゆで卵 チーズ パナナ	ビスケット	ココア蒸しパン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・油揚げ・豆腐・竹輪 みそ・煮干・するめ・卵 チーズ	ビスケット・さつまいも 調合油・ごま油・上白糖 ホットケーキMIX	大根・人参・ごぼう・椎茸 ねぎ・生姜・切干し大根 きゅうり・もやし・バナナ
25水	チンジャオロース ポテトサラダ 春雨のスープ オレンジ	かみかみこんぶ	あおのり ビスケット	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・ロースハム	片栗粉・ごま油・上白糖 春雨・薄力粉・調合油 じゃがいも・マヨネーズ	昆布・ピーマン・赤ピーマン じゃがいも・きゅうり・ねぎ もやし・しめじ・わかめ・人参 あおさ・オレンジ
26木	レバー入りミートボール シーザーサラダ 大根のみそ汁 オレンジ	さきすめ	ラスク	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・合挽肉・鶏肝臓 ベーコン・チーズ・油揚げ 煮干・みそ	パン粉・上白糖・パン マヨネーズ・マーガリン	玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・人参 コーン・ねぎ・大根・オレンジ
27金	いわしの生姜煮 野菜炒め さつまいものみそ汁 オレンジ	シガーフライ	いちごゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 まいわし・豚肉・油揚げ 煮干・みそ	揚げせんべい・上白糖 ごま油・さつまいも・ゼリー	生姜・キャベツ・ピーマン もやし・人参・ねぎ オレンジ・いちご
28土	ナポリタン 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・ベーコン チーズ・煮干	パスタ・上白糖・調合油 マーガリン・パン	玉ねぎ・人参・しめじ ピーマン・バナナ
30月	牛肉のみそ炒め 高野豆腐の煮付け すまし汁 オレンジ	スナックパン	フライドポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・みそ・高野豆腐 かまぼこ・煮干	パン・ごま油・上白糖 じゃがいも・調合油	しめじ・キャベツ・玉ねぎ にんにく・ねぎ・わかめ 人参・椎茸・オレンジ
31火	<b>パンの日</b> ハンバーガー ブロッコリーの昆布和え チーズ コンソメスープ パナナ	ビスケット	おほかおにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉・チーズ・ベーコン かつお節	ビスケット・ロールパン・米	きゅうり・ブロッコリー 塩昆布・玉ねぎ・人参・しめじ キャベツ・ピーマン・バナナ

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。  
 17日は誕生会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。31日はパンの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。  
 ※都合により、献立は変更になる場合があります。