

# 5月給食献立表(完了食)

スペースの都合上、土曜日始まりのカレンダー  
になっています。

めぐみ保育園



曜日	土	月	火	水	木	金
日付	1日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	わかめうどん じゃがベーコン炒め フルーツ	<b>憲法記念日</b>	<b>みどりの日</b>	<b>こどもの日</b>	ごはん からあげ ココロサラダ みそ汁 フルーツ	三色丼 ごぼうサラダ スープ ヨーグルト
午後のおやつ	お菓子 牛乳				お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	鶏肉・ベーコン/うどん・じゃが芋				鶏肉・ちくわ/米	鶏肉・鮭フレーク・ツナ/米
身体を守る	わかめ・人参・玉葱 グリーンピース				きゅうり・トマト・キャベツ	もやし・人参・小松菜 ごぼう・コーン・玉葱

日付	8日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	肉うどん ナムル フルーツ	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼 中華風ポテトサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 鱈のみそマヨ焼き ひじきと大豆の炒め物 すまし汁 フルーツ	カレーうどん サラダ ゼリー	ごはん 和風ハンバーグ 五色和え みそ汁 ヨーグルト	ハヤシライス サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	揚げいなり 牛乳	ミルクわらびもち風 麦茶	アスパラベーコンピラフ 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	豚肉/うどん	鶏肉・かにかま/米・じゃが芋	鱈・大豆・油揚げ/米	豚肉/うどん	豚肉・ハム・おから・豆腐/米	豚肉/米・じゃが芋
身体を守る	玉葱・小松菜・キャベツ もやし・人参	わかめ・きゅうり ほうれん草・玉葱	パセリ・ひじき 人参・小松菜	玉葱・人参・干しいたけ レタス・パプリカ・きゅうり	玉葱・ひじき・大根 人参・コーン・えのき	人参・玉葱・きゅうり・レタス グリーンピース・小松菜

日付	15日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	なめこうどん たまごサラダ フルーツ	ごはん カレイの煮つけ 青梗菜のコーン和え ごまみそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉の生姜焼き のり塩ナムル みそ汁 フルーツ	サンドウィッチ フライドチキン ミネストローネ ゼリー	ごはん 鶏肉のノルウェー風 切り干しナムル みそ汁 フルーツ	炊き込みごはん 松風焼き ポン酢和え すまし汁 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	鶏肉・たまご/うどん	カレイ・ハム/米	豚肉・豚レバー・豆腐/米	ハム・鶏肉・チーズ/食パン	鶏肉/米	鶏肉・油揚げ・枝豆・おから・かにかま/米
身体を守る	なめこ 人参・きゅうり・コーン	青梗菜・コーン・人参 キャベツ・玉葱・ごぼう	もやし・人参・キャベツ のり・わかめ	レタス・きゅうり・コーン 玉葱・人参・キャベツ	切り干し大根・ほうれん草 人参・かぶ	人参・玉葱・もやし ほうれん草・葱・麩

日付	22日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	クリームスパゲッティ スープ ゼリー	わかめごはん 鶏肉のパン粉焼き 豆と根菜のサラダ みそ汁 フルーツ	ごはん 肉じゃが 即席漬け なめこ汁 フルーツ	ジャムパン オムレツ ブロッコリーサラダ コーンスープ ゼリー	ごはん 鮭の味噌煮 白あえ すまし汁 フルーツ	納豆ごはん 筑前煮 たたききゅうり みそ汁 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳	大葉とたくあんのおにぎり 麦茶	いもてん 牛乳	お菓子 牛乳
身体を作る/動かす	鶏肉/パスタ	鶏肉/ツナ/米	豚肉・豆腐/米・じゃが芋・こんにやく	卵・チーズ/食パン	鮭・豆腐/米・こんにやく	納豆・鶏肉・チーズ/米
身体を守る	玉葱・キャベツ・人参・小松菜 マッシュルーム・コーン	わかめ・パセリ・連根・コーン ごぼう・人参・ほうれん草・豆	玉葱・人参・いんげん キャベツ・人参・かぶ・なめこ	玉葱・アスパラ・人参 コーン・ブロッコリー・パセリ	ほうれん草・人参・もやし 大根	青のり・人参・大根・白菜 ごぼう・干しいたけ・いんげん

日付	29日	31日	<p><b>*新メニュー紹介*</b></p> <p>◎鶏肉のノルウェー風 ノルウェー風とは、ケチャップとソースの味付けが特徴。子どもから大人まで好まれる味付けです。 ◎たけのこごはん 旬のたけのこを使い、出汁のきいた素材の味を生かした炊き込みご飯です。 ◎ちくわと白菜のスープ ちくわの旨味を生かしたとろとろとしたスープです。 ◎フライドチキン</p>
昼食	ちゃんぽんラーメン さつまいもの塩バター和え ヨーグルト	ごはん 鶏肉のサツパリ煮 春雨サラダ ちくわと白菜のスープ ゼリー	
午後のおやつ	お菓子 牛乳	じゃがチーズボール 牛乳	
身体を作る/動かす	豚肉・ちくわ/中華麺・さつまい芋	鶏肉・ハム・ちくわ/米・春雨	
身体を守る	人参・白菜・干しいたけ	きゅうり・人参・コーン 白菜	

