

5月行事・献立予定

令和3年度 こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	朝のおやつ	3時のおやつ
1	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース ビスケット
6	木	身体測定	肉うどん ほうれん草のおかか煮 ウインナー グレープフルーツ	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ かまぼこ ほうれん草 人参 もやし かつお節 ウインナー グレープフルーツ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 フライドポテト
7	金		鮭のホイル蒸し ブロッコリーのお浸し 豆腐のみそ汁 パン	鮭 玉ねぎ 人参 えのきだけ バター チーズ パセリ ブロッコリー 人参 豆腐 わかめ 玉ねぎ パン	牛乳 ビスケット	牛乳 あんパン
8	土				牛乳 せんべい	リンゴジュース クラッカー
10	月		ラーメン こま塩きゅうり ミニ春巻き いちご	中華麺 豚肉 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 ねぎ かまぼこ 人参 ねぎ かまぼこ きゅうり ごま 春巻きの皮 玉ねぎ 人参 にんにく 豚肉 生姜 春雨 いちご	牛乳 クッキー	牛乳 蒸しパン
11	火	尿検査 容器持ち帰り	赤魚の煮付け コールスローサラダ クリームシチュー バナナ	赤魚 生姜 キャベツ 人参 きゅうり ハム じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク バナナ	牛乳 りんご	飲むヨーグルト ビスケット
12	水	交通安全指導	肉じゃが ほりほりきゅうり キャベツのスープ いちご	豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 こんにゃく さやいんげん きゅうり 玉ねぎ キャベツ ベーコン いちご	牛乳 サンドビスケット	ホワイトボンチ
13	木		焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 生揚げの味噌汁 バナナ	鯖 ブロッコリー 切り干し大根 人参 さつまいも さやいんげん 生揚げ ほうれん草 玉ねぎ バナナ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 スイートラスク
14	金	布団持ち帰り 尿検査提出日	豆腐ハンバーグ レタスサラダ チーズ じゃが芋のコンソメスープ オレンジ	豆腐 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 レタス キャベツ きゅうり チーズ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン パセリ オレンジ	牛乳 スティックパン	牛乳 カップケーキ
15	土				牛乳 ビスケット	オレンジジュース 野菜せんべい
17	月		焼きそば 焼きししゃも ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ オレンジ	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 青のり ししゃも ブロッコリー 小松菜 人参 玉ねぎ 卵 オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 ツナトースト
18	火	尿検査提出予備日	豚肉の生姜焼き ほうれん草の磯香和え 豆腐のみそ汁 いちご	豚肉 玉ねぎ 生姜 ほうれん草 もやし キャベツ 人参 海苔 豆腐 玉ねぎ ねぎ いちご	牛乳 ウエハース	おにぎり
19	水	食育の日	★豆腐グラタン ブロッコリーの和え物 ほうれん草のコンソメスープ グレープフルーツ	豆腐 牛肉 豚肉 しめじ 玉ねぎ アスパラ バター チーズ ブロッコリー パプリカ 鶏肉 ほうれん草 キャベツ 人参 じゃが芋 グレープフルーツ	牛乳 せんべい	みかんゼリー
20	木		鮭のバター焼き ブロッコリーの胡麻ドレッシング和え 野菜のコンソメスープ オレンジ	鮭 バター ブロッコリー きゅうり 人参 コーン ごま 玉ねぎ ベーコン 人参 パセリ オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 バームクーヘン
21	金	避難訓練	揚げぎょうざ ボイル野菜 中華スープ グレープフルーツ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ブロッコリー 人参 ベーコン もやし 玉ねぎ わかめ グレープフルーツ	フルーツゼリー	ヨーグルト ウエハース
22	土				牛乳 クラッカー	リンゴジュース クラッカー
24	月		ミートソーススパゲティ 野菜サラダ 豆乳スープ パン	スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ バター パセリ チーズ レタス キャベツ きゅうり ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン 豆乳 パン	牛乳 レーズンパン	牛乳 じゃが餅
25	火		白身魚のフライ 伴三糸 小松菜の味噌汁 メロン	おひょう 卵 春雨 人参 きゅうり ハム もやし 卵 小松菜 玉ねぎ ねぎ メロン	牛乳 あられ	牛乳 サンドパン
26	水		キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け チーズ ほうれん草のすまし汁 オレンジ	豆腐 豚肉 納豆 玉ねぎ 人参 ねぎ 生姜 ブロッコリー ごま チーズ ほうれん草 玉ねぎ 人参 えのき 卵 オレンジ	牛乳 クラッカー	フルーツ ヨーグルト
27	木		鶏肉のレモン煮 きゅうりの即席漬け 青のりポテト キャベツの味噌汁 パン	鶏肉 レモン きゅうり 人参 青のり じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ 人参 パン	牛乳 チーズ	豆乳 ホットケーキ
28	金	誕生会 布団持ち帰り	おめでとらんち	ベーコン 玉ねぎ 人参 ちくわ レーズン きゅうり ミントマト アスパラ 鶏肉 生姜 スパゲティ パセリ じゃが芋 人参 きゅうり ハム いちご	りんごジュース	フルーツプリン
29	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース あられ
31	月		彩りそうめん ウインナー ゆで野菜 バナナ	そうめん きゅうり 人参 もやし 椎茸 卵 ウインナー えんどう 玉ねぎ 人参 わかめ 麩 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★新じゃがバター

おめでとらんち・・・カレーピラフ 鶏の竜田揚げ スパゲティ コロコロサラダ 野菜スープ いちご

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1歳児の主食（ご飯）の量は70gです。

今月の果物はバナナ、オレンジ、いちご、グレープフルーツ、メロン、パンを予定しています。★印は新メニューです。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。