



5月 予定献立表 & 給食だより



※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳がでます。
 ※材料の都合により、献立を変更する場合があります。
 ※◎は朝おやつ、○は午後おやつ材料です。



認定こども園世羅幼稚園

日付	献立名	材料名			おやつ	日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01金	愛情の日 ごはん、すまし汁、野菜そぼろ丼、くだもの	じゃがいも、○砂糖、○米粉、○油、油、砂糖、米粉、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、○卵、○豆乳生クリーム、◎牛乳	キャベツ、オレンジ、○もも缶(黄桃)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、こまつな、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○ショートケーキ	19火	みそ汁の日 ごはん、具たくさんみそ汁、鶏の唐揚げ、わかめサラダ、くだもの	◎食パン、じゃがいも、○マヨネーズ、油、片栗粉、砂糖、ごま油、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、鶏ささ身、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○脱脂粉乳、◎牛乳	オレンジ、もやし、かぼちゃ、○コーン(冷凍)、キャベツ、きゅうり、にんじん、カットわかめ、しょうが、にんにく	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○コーンカナッペ
02土	ごはん、カレー、フルーツヨーグルト	じゃがいも、米粉、油、砂糖、米	○牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、◎牛乳	もも缶、みかん缶、たまねぎ、にんじん、にんにく	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー	20水	ごはん、みそ汁、魚のフライ(タルタルソース)、玉ねぎドレッシングサラダ、くだもの	さつまいも、○小麦粉、マヨネーズ、油、○砂糖、パン粉、小麦粉、砂糖、米	○牛乳、たら、○マーガリン、米みそ(赤色辛みそ)、卵、油揚げ、ちくわ、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○クッキー
07木	子どもの日 おこさまランチ 粉の日 ごはん、コーンスープ、ハンバーグ&ブロッコリー、ナポリタンスパゲティ、フライドポテト、くだもの	じゃがいも、○春巻きの皮、○さつまいも、スパゲティ、○コーンフレーク、油、パン粉、○油、砂糖、米、○マシュマロ	○牛乳、豆乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、ウインナー、◎牛乳	たまねぎ、バナナ、クリームコーン缶、コーン缶、ブロッコリー、ピーマン、あおのり	◎牛乳、○牛乳、○かぶどのはるまき、○マシュマロサクボール	21木	ごはん、スープ、シェパードパイ、菜種和え、くだもの	じゃがいも、○米、すりごま、砂糖、ごま油、○砂糖、米	豚ひき肉、牛ひき肉、○鶏ひき肉、卵、豆乳、マーガリン、◎牛乳	オレンジ、たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、カットわかめ、○あおのり	◎牛乳、○お茶、○どろそばろおにぎり
08金	ごはん、みそ汁、油淋鶏、ほうれん草のおかか和え、くだもの	◎コッペパン、片栗粉、○砂糖、油、砂糖、ごま、ごま油、米	◎ヨーグルト(ドリンク)、鶏ささ身、米みそ(淡色辛みそ)、○マーガリン、○きな粉、かつお節、◎牛乳	オレンジ、だいこん、ほうれんそう、にんじん、キャベツ、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○きなこラスク	22金	ごはん、カレー、パスタサラダ、くだもの	じゃがいも、○砂糖、スパゲティ、マヨネーズ、米粉、油、米	○牛乳、鶏ひき肉、○豆乳生クリーム、ハム、○ゼラチン、◎牛乳	◎オレンジ濃縮果汁、バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんにく、しょうが、アスパラガス	◎牛乳、○牛乳、○オレンジムース
09土	ごはん、みそ汁、牛丼、くだもの	油、砂糖、米	○牛乳、牛肉(もも)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	たまねぎ、バナナ、にんじん、こまつな、カットわかめ、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー	23土	ごはん、みそ汁、豚丼、くだもの	油、片栗粉、米	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、こまつな、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
11月	ごはん、みそ汁、白身魚のソテーマトソース、中華和え、くだもの	○砂糖、油、三温糖、ごま油、片栗粉、砂糖、米	たら、◎ヨーグルト(無糖)、○豆乳生クリーム、米みそ(赤色辛みそ)、○マーガリン、ホルトマト缶詰、にんじん、きゅうり、たまねぎ、ピーマン、○レモン果汁、にんにく	キウイフルーツ(黄)、だいこん、もやし、○ブルーベリージャム、キャベツ、ホルトマト缶詰、にんじん、きゅうり、たまねぎ、ピーマン、○レモン果汁、にんにく	◎牛乳、○お茶、○レアヨーグルトケーキ	25月	ごはん、みそ汁、鮭のカレー風味焼き、根菜のみそ煮、くだもの	○小麦粉、○黒砂糖、○油、油、砂糖、米	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○豆乳、○卵、米みそ(赤色辛みそ)、○マーガリン、○脱脂粉乳、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	キウイフルーツ(黄)、だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、さやえんどう、ねぎ、しいたけ	◎牛乳、○牛乳、○黒糖のマフィン
12火	ごはん、すまし汁、豆乳グラタン、白菜とツナ和え、くだもの	じゃがいも、○ホットケーキ粉、○油、○砂糖、マカロニ、米粉、パン粉、米	○牛乳、豆乳、○つぶしあん(砂糖添加)、ウインナー、○卵、とろけるチーズ、ツナ油漬缶、○きな粉、○脱脂粉乳、油揚げ、◎牛乳	オレンジ、はくさい、だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、カットわかめ、塩こんぶ	◎牛乳、○牛乳、○きなこつぶあんのカップケーキ	26火	ごはん、野菜スープ、マーボー豆腐、もやしのナムル、くだもの	◎じゃがいも、ごま油、砂糖、○油、片栗粉、○片栗粉、○米粉、米	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、○ウインナー、赤みそ、◎牛乳	たまねぎ、オレンジ、もやし、キャベツ、きゅうり、ねぎ、○にんじん、にんじん、カットわかめ、しょうが、にんにく、レモン果汁	◎牛乳、○牛乳、○にんじんボンデケーキ
13水	ごはん、すまし汁、とりのごまみそ焼き、はっすん、くだもの	○米、砂糖、○ごま、ごま、ごま油、米	鶏ささ身、生揚げ、淡色みそ、○しらす干し、さけ、◎牛乳	バナナ、もやし、だいこん、たまねぎ、にんじん、いんげん、ごぼう、カットわかめ、○うめ干し、しいたけ	◎牛乳、○お茶、○梅じやおにぎり	27水	ごはん、みそ汁、あじの南蛮、ささみとひじきの生姜マヨ和え、くだもの	◎食パン、さつまいも、マヨネーズ、油、砂糖、片栗粉、米	○牛乳、あじ、○とろけるチーズ、米みそ(淡色辛みそ)、鶏ささ身、○ベーコン、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、○たまねぎ、○ピーマン、ねぎ、しょうが、ひじき、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○ピザトースト
14木	お誕生会 ごはん、みそ汁、さけのサラダ焼き、ピーマンのツナあえ、お楽しみデザート	じゃがいも、○コーンフレーク、○油、マヨネーズ、ねりごま、油、三温糖、米、○マシュマロ	○牛乳、さけ、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶、◎牛乳	だいこん、にんじん、ピーマン、コーン缶、たまねぎ、ひじき	◎牛乳、○牛乳、○洋風おこし	28木	ふるさと給食 ごはん、みそ汁、豚肉とアスパラのごま風味炒め、リョネーゼ、くだもの	じゃがいも、○砂糖、片栗粉、ごま油、ごま、米	○牛乳、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、ウインナー、◎牛乳	たまねぎ、バナナ、だいこん、○りんご、○もも缶、○みかん缶、○パイ缶、にんじん、アスパラ、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○フルーツポンチ
15金	食育 広島郷土料理 ごはん、尾道ラーメン、呉の肉じゃが、瀬戸内レモンドレッシングサラダ、くだもの	じゃがいも、ゆでそば、○小麦粉、○砂糖、しらたき、油、砂糖、米	○牛乳、牛肉(もも)、○卵、豚肉(もも)、○マーガリン、○脱脂粉乳、ハム、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、きゅうり、○レモン、さやえんどう、ねぎ、カットわかめ、レモン果汁、干しいたけ	◎牛乳、○牛乳、○瀬戸内レモンケーキ	29金	食育 どうやって給食が作られている？ ごはん、豆乳スープ、肉団子と野菜のホクホク煮、なます、くだもの	じゃがいも、○コーンスターチ、○小麦粉、片栗粉、○粉糖、ごま、砂糖、米	○牛乳、豆乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、○マーガリン、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	オレンジ、だいこん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ほろほろクッキー
16土	ごはん、みそ汁、甘みそ丼、くだもの	○小麦粉、○黒砂糖、油、片栗粉、三温糖、米	○牛乳、牛肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、○マーガリン、○きな粉、◎牛乳	たまねぎ、バナナ、キャベツ、にんじん、ごぼう、こまつな	◎牛乳、○牛乳、○黒糖クッキー	30土	ごはん、キーマカレー、フルーツヨーグルト	○小麦粉、○黒砂糖、油、砂糖、米粉、三温糖、米	○牛乳、豚ひき肉、ヨーグルト(無糖)、○卵、○マーガリン、◎牛乳	たまねぎ、もも缶(黄桃)、みかん缶、にんじん、ピーマン、○干しぶどう、トマトピューレ、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○パウンドケーキ
18月	ごはん、すまし汁、さばの塩焼き、煮おろし、ひじきと大豆の煮物、くだもの	じゃがいも、油、砂糖、米、○パイ皮	○牛乳、さば、木綿豆腐、○つぶしあん(砂糖添加)、蒸し大豆、豚ひき肉、◎牛乳	キウイフルーツ(黄)、だいこん、にんじん、さやえんどう、ひじき	◎牛乳、○牛乳、○小倉パイ						

旬の春野菜

旬とは、その食材が最もおいしく、栄養豊かな時期のことを言います。春が旬の野菜には、アスパラガス、たけのこ、春キャベツ、新玉ねぎ、新じゃがいも、そら豆、スナップエンドウなどがあります。1年中手に入る野菜でも、春ならではの味わいを感じることができます。春野菜は、ビタミン・ミネラル、食物繊維が豊富で、疲労回復に効果的です。生食や軽い加熱で甘味を楽しむことができるため、ぜひ旬の春野菜を食べてみてください♪

郷土料理

5月から月に1回いろいろな県の郷土料理が給食にできます！食育を通して、日本郷土料理への関心をもってもらえるように日本の伝統的な食文化を伝えていきます。今月は、広島県の郷土料理が出てきます。お楽しみに！

～認定こども園・保育所 せらのふるさと給食～

アスパラ
5月28日使用分の世羅食材
豚肉とアスパラのごま風味炒め

今月のせら食材

