



# 5月の献立

2021年 つくし保育園

曜	日	昼食	昼食の材料名	おやつ	おやつの材料名	
月	10	24	ごはん 魚の塩焼き 豚肉と南瓜の味噌煮 すまし汁	黒糖蒸しパン ブルー	米粉 砂糖 黒糖 豆乳 サラダ油 B・P B・S ブルー	
火	11	25	ごはん 肉豆腐 酢の物 みそ汁	フルーツヨーグルト せんべい いりこ	バナナ りんご みかん缶 キウイ ヨーグルト 砂糖 せんべい 煮干し	
水	12	26	鮭とお豆のごはん 高野豆腐のそぼろあんかけ みそ汁	焼き南瓜と さつま芋の 大学芋風 こんぶ	さつま芋 南瓜 醤油 砂糖 酢 黒ごま 油 こんぶ	
木	13	27	ごはん 豚肉のグリル 茹で野菜のドレッシング和え みそ汁	ロッククッキー ひとりりんご	小麦粉 バター 砂糖 卵 レーズン B・P りんご	
金	14	28	ごはん 魚のごま煮 磯和え みそ汁	みたらし団子 いりこ	豆腐 上新粉 砂糖 醤油 きなこ 煮干し	
土	1	15	29	ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
月	17	31	ごはん 魚の利休あん 千切大根の煮物 みそ汁	米粉のお好み焼き	米粉 豚肉 キャベツ 山芋 干しエビ だし鰹 醤油 ケチャップ ソース 花鰹 青のり	
火	18		ごはん・人参フライ 鶏のオープン焼き 中華和え みそ汁	スイートポテト ブルー	さつま芋 砂糖 バター 牛乳 ブルー	
水	19		ごはん 魚のつけ焼き 高野豆腐のマリネ みそ汁	おにぎり 煮豆	米 塩 手作りゆかり 焼きのり 豆 醤油 砂糖	
木	6	20	幼児 カレーライス キャベツとひじきの和風サラダ 乳児 ごはん・トマトシチュー キャベツとひじきの和風サラダ	フルーツポンチ せんべい いりこ	りんご バナナ みかん缶 メロン 寒天 砂糖 せんべい いりこ	
金	7	21	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 煮びたし すまし汁	ケーキサレ	小麦粉 玉ねぎ パプリカ 卵 牛乳 チーズ 砂糖 ケチャップ サラダ油 B・P	
土	8	22	ごはん ケチャップ炒め みそ汁	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し	

※ 乳児クラスは、みりんは使いません。

※ ”だし”は、用途によって昆布、だしかつお、だしじゃこを使います

