

令和5年

# 5月の献立表

いずみ認定こども園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1(出欠確認日)	2(出欠確認日)	3	4	5	6(希望登園日)
献立	焼きししゃも 切り干し大根煮 きやべつのみそ汁 フルーツ	親子丼 しらすの酢の物 フルーツ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	お弁当日
材料	ししゃも 切り干し大根 人参 しいたけ ちくわ こんにやく きやべつ 玉ねぎ 油揚げ 麩 青ねぎ フルーツ	鶏肉 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ 卵 きやべつ 胡瓜 しらす わかめ ごま フルーツ				
おやつ	ミルク お菓子	ミルク お菓子				
日	8	9	10	11	12	13
献立	カレーライス マカロニサラダ フルーツ	あじのみりん漬け 筍ご飯 みそ汁 ごぼうサラダ フルーツ	お好み焼き 肉団子 豆腐のみそ汁 フルーツ	ほっけフライ ポイルブロッコリー ミネストローネ フルーツ	ちらし寿司 しゅうまい すまし汁 フルーツ	コロケ 野菜ソテー 小松菜のみそ汁 フルーツ
材料	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ きやべつ 胡瓜 ハム マカロニ フルーツ 柏の葉 上新粉 小豆	あじ 竹の子 油揚げ じゃが芋 玉ねぎ わかめ ちくわ 青ねぎ マカロニ 胡瓜 ごぼう ごま フルーツ	ひき肉 きやべつ 人参 こんにやく 卵 あおさ 肉団子 絹ごし豆腐 わかめ 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ほっけ あおさ 人参 ブロッコリー きやべつ 玉ねぎ 大豆 コーン マカロニ トマト缶 ベーコン フルーツ	竹の子 人参 しいたけ ごま 卵 絹さや ツナ 胡瓜 しゅうまい 麩 わかめ 青ねぎ フルーツ 豆菓子	コロケ きやべつ 人参 もやし ピーマン 小松菜 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ
おやつ	ミルク かしわ餅	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク 豆 お菓子	
日	15	16	17	18	19	20
献立	いわしの蒲焼き 白和え フルーツ	肉じゃが あじ玉子 小松菜のごま和え フルーツ	塩さば ひじき大豆煮 そうめん汁 フルーツ	中華丼 もやしのナムル フルーツ	スパニッシュオムレツ チンゲン菜ソテー わかめスープ フルーツ	カレーライス ハムサラダ フルーツ
材料	いわし インゲン 人参 ごま 卵 絹ごし豆腐 しいたけ ほうれん草 こんにやく フルーツ	牛肉 玉ねぎ じゃが芋 こんにやく しいたけ 人参 インゲン 卵 小松菜 コーン ごま フルーツ チーズ	さば ひじき 人参 しいたけ こんにやく 大豆 ちくわ そうめん 油揚げ 青ねぎ フルーツ	豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ イカ エビ ほうれん草 ごま もやし カニカマ 胡瓜 フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ 卵 チンゲン菜 わかめ もやし ごま フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きやべつ 胡瓜 ハム フルーツ
おやつ	ミルク お菓子	ミルク チーズ お菓子	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク フルーツゼリー	
日	22	23	24	25	26(誕生会)	27
献立	さわら野菜あんかけ 粉ふき芋マヨ 小松菜のみそ汁 フルーツ	そぼろ丼 春雨の酢の物 フルーツ	さばの半身干し 高野豆腐の玉子とじ 三色和え フルーツ	ハヤシライス たまごサラダ フルーツ	お子様ランチ わかたまスープ	焼き魚 小松菜のごま和え じゃが芋みそ汁 フルーツ
材料	さわら 玉ねぎ 人参 えのき ピーマン じゃが芋 あおさ 小松菜 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ひき肉 絹さや ごま 卵 人参 きやべつ 胡瓜 春雨 ハム フルーツ 食パン いちごジャム 生クリーム	さば 高野豆腐 玉ねぎ 人参 しいたけ 絹さや ほうれん草 もやし コーン ごま フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ 卵 きやべつ 胡瓜 ハム フルーツ	からあげ たこ焼き ポテト ブロッコリー 人参 ハンバーグ ふりかけ ゼリー 卵 わかめ えのき 玉ねぎ ヤクルト ケーキ	魚 小松菜 コーン 人参 ごま じゃが芋 玉ねぎ 油揚げ わかめ 青ねぎ フルーツ
おやつ	ミルク お菓子	ミルク いちごサンド	ミルク お菓子	ミルク お菓子	ヤクルト ケーキ	
日	29	30	31			
献立	麻婆豆腐 春雨の中華サラダ フルーツ	焼きビーフン ちくわの磯辺焼き 大根のみそ汁 フルーツ	赤魚のみぞれ煮 金平ごぼう 豆ごはん みそ汁 フルーツ			
材料	ひき肉 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 青ねぎ きやべつ 胡瓜 春雨 ハム ごま フルーツ	豚肉 ビーフン 玉ねぎ きやべつ ピーマン 人参 ちくわ あおさ 大根 しめじ 油揚げ 青ねぎ フルーツ ヨーグルト	赤魚 大根 ごぼう 人参 ちくわ こんにやく ごぼう えんどう豆 ごま 白菜 えのき 油揚げ 青ねぎ フルーツ			
おやつ	ミルク お菓子	ミルク フルーツヨーグルト	ミルク お菓子			

※材料の都合で変更することがあります