



2020年 5月 献立表



* 補食(時間外おやつ)…おせんべいやパンとジュースを出しています。

金沢八景保育園

朝のおやつ		きいろのグループ		あかのグループ		みどりのグループ			3時のおやつ	
日付	曜日	たいよう	にじ・ほし	主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	たいよう・にじ・ほし
1	金		牛乳	白パン	★グラタン こまったさんシリーズ <small>(鶏肉、マカロニ、玉葱、ブロッコリー、人参、コーン缶、ビザ用チーズ、ホワイトソース缶、小麦粉、牛乳、中華あじ、コンソメ、塩、スキム、パセリ粉、油)</small>			ゆで空豆 (空豆、塩)	スープ(鶏ガラ) (アスパラ、新じゃが芋)	チーズブレッド 牛乳
2	土		牛乳	タコライス <small>(精白米、豚挽肉、人参、レタス、トマト、ホールトマト缶、中華あじ、ケチャップ、中農ソース、小麦粉、砂糖、油)</small>		大根のピクルス (大根、酢、砂糖、塩)			バナナ	いちごジャムカップケーキ 牛乳 <small>(ホットケーキミックス、いちごジャム、無塩バター、スキム、牛乳)</small>
4	月	みどりの日								
5	火	こどもの日								
6	水	振替休日								
7	木	牛乳 おせんべい		ごはん(精白米)	バジルチキン (鶏肉、かぶの葉、牛乳、鶏ガラ、塩、片栗粉)	かぶのミルク煮 (かぶ、かぶの葉、牛乳、鶏ガラ、塩、片栗粉)	もずく酢 (もずく、玉葱、酢、醤油、塩、砂糖)	スープ(鶏ガラ) (コーン缶、人参)		塩うどん 麦茶 <small>(うどん、豚挽肉、ねぎ、わかめ、鶏ガラ、塩、おろし生姜、ごま油)</small>
8	金	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	ぶりのうめみそ焼き (鱈、梅干し、みそ、酒、みりん、砂糖)	こんにやくきんぴら (糸こんにやく、人参、醤油、砂糖、みりん、白ごま、ごま油)	フレンチチーズサラダ (ブロッコリー、レタス、粉チーズ、酢、砂糖、塩、レモン汁、オリーブ油)	すまし汁 (えのき、あさつき)		バターロール トマトスープ 麦茶 <small>(バターロール、ベーコン、新じゃが、玉葱、ホールトマト缶、バジル粉、ケチャップ、鶏ガラ、砂糖、塩、オリーブ油)</small>
9	土		牛乳	中華風あんかけスパゲティ <small>(スパゲティ、ハム、人参、しめじ、玉葱、キャベツ、あさつき、塩、おろしにんにく、おろし生姜、中華あじ、片栗粉、ごま油)</small>		ビーンズサラダ (ミックスビーンズ缶、胡瓜、醤油、マヨネーズ、スキム)			夏みかん	鶏そぼろごはん 麦茶 <small>(精白米、鶏ひき肉、白ごま、醤油、みりん、砂糖、油)</small>
11	月		牛乳	ごはん(精白米)	五目豆 (鶏肉、ごぼう、大豆、長葱、人参、醤油、みりん、酒、砂糖、油)	がんものあんかけ (がんもどき、醤油、砂糖、おろし生姜、片栗粉)	トマトのマリネ (トマト、玉葱、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (筍、とろろ昆布)		★がまくんかえるくんのクッキー ふたりはいつしょ 牛乳 <small>(小麦粉、無塩バター、砂糖、ココア、ベーキングパウダー、バニラエッセンス)</small>
12	火		牛乳	ごはん(精白米)	松風焼き (鶏挽肉、玉葱、青のり、みそ、砂糖、スキム、みりん、醤油)	人参のグラッセ (人参、バター、鶏ガラ、砂糖)	キャベツのおかか和え (キャベツ、かつお節、醤油、砂糖、塩)	スープ(鶏ガラ) (さつまいも、絹さや)		ずんだあんパン 牛乳
13	水	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	サーモンのトマトソースがけ (サーモン、玉葱、しめじ、ホールトマト缶、ケチャップ、スキム、鶏ガラ、油)	ゆでブロッコリー (ブロッコリー、塩)	ポテトサラダ (新じゃが、赤ピーマン、コーン缶、鶏ガラ、バター、塩、パセリ粉)	スープ(鶏ガラ) (小松菜、ねぎ)		★よもぎ団子 ばばあちゃんシリーズ 麦茶 <small>(白玉粉、上新粉、よもぎパウダー、絹豆腐、砂糖、小豆缶、きな粉、スキム)</small>
14	木		牛乳	ごはん(精白米)	回鍋肉 (豚肉、キャベツ、長葱、みそ、醤油、酒、砂糖、ごま油)	ごまかぼちゃ (南瓜、白ごま、鶏ガラ、砂糖、片栗粉)	ナムル (もやし、わかめ、人参、醤油、塩、ごま油)	みそ汁 (麩、大根)		キーマカレー 麦茶 <small>(精白米、豚挽肉、玉葱、グリーンピース、コーン缶、ホールトマト缶、スキム、カレールウ、鶏ガラ、油)</small>
15	金		牛乳 プルーン	ごはん(精白米)	はんぺんの梅ソース焼き (はんぺん、梅干し、かつお節、砂糖、みりん、めんつゆ)	ビーフソテー (豚挽肉、ビーフ、ピーマン、中農ソース、鶏ガラ、ごま油)	しゃけサラダ (大根、玉葱、鮭フレーク、ポン酢、オリーブ油)	スープ(鶏ガラ) (トマト、青梗菜)		シナモンロールパン 牛乳
16	土		牛乳	焼きとり丼 <small>(精白米、鶏肉、長葱、キャベツ、赤ピーマン、醤油、おろしにんにく、みりん、中華あじ、砂糖、ごま油)</small>		ほうれん草のなめたけ和え (ほうれん草、玉葱、なめ茸、めんつゆ)			パイナップル	マカロニきな粉 牛乳 <small>(マカロニ、きな粉、スキム、砂糖、塩)</small>
18	月		牛乳	ごはん(精白米)	ビビンバ (豚挽肉、小松菜、人参、もやし、醤油、塩、砂糖、ごま油、油)	ゆで空豆 (空豆、塩)		香味スープ(鶏ガラ) (ベーコン、わかめ、コラ、白ごま)		うめじゃこごはん 麦茶 <small>(精白米、カリカリ梅、しらす、醤油、みりん、油)</small>
19	火	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	ウインナーの酢豚風 (ウインナー、キャベツ、玉葱、おろしにんにく、ケチャップ、中農ソース、鶏ガラ、醤油、砂糖、酢、油)	ちんげんさい炒め (青梗菜、新じゃが、鶏ガラ、塩、油)	いんげんのごま和え (いんげん、もやし、黒ごま、醤油、マヨ、スキム)	スープ(鶏ガラ) (アスパラ、春雨)		ハムロールパン 牛乳
20	水		牛乳	ごはん(精白米)	さわらのスタミナ煮 (鱈、おろしにんにく、おろし生姜、鶏ガラ、さとう、酒、みりん、ごま油)	さつまいものレモン煮 (さつまいも、砂糖、レモン果汁)	オニオンサラダ (玉葱、人参、塩、醤油、砂糖、酢、ごま油)	みそ汁 (こんにやく、みつば)		塩うどん 麦茶 <small>(うどん、豚挽肉、ねぎ、わかめ、鶏ガラ、みりん、塩、おろしにんにく、おろし生姜、ごま油)</small>
21	木		麦茶	グリーンピースご飯 <small>(精白米、グリーンピース、昆布茶)</small>	★コロケ 11匹のねことあほうどり (豚挽肉、新じゃが芋、玉葱、鶏ガラ、塩、卵、小麦粉、パン粉、油、中農ソース)	ひじきのソテー (ひじき、人参、おろしにんにく、酒、みりん、鶏ガラ、油)	マカロニサラダ (マカロニ、アスパラ、赤ピーマン、コーン缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	スープ(鶏ガラ) (白菜、いんげん)	ピンクグレープフルーツ	★チェリーパイ風 はらぺこあおむし 牛乳 <small>(パイシート、ブルーベリージャム、さくらんぼ、ダークチョコレート、バター、レモン果汁、コンスターチ、クリームチーズ、生クリーム、卵黄)</small>
22	金		牛乳 プルーン	ごはん(精白米)	バジルチキン (鶏肉、バジル粉、塩、レモン果汁、オリーブ油)	かぶのミルク煮 (かぶ、かぶの葉、牛乳、鶏ガラ、片栗粉)	もずく酢 (もずく、胡瓜、玉葱、酢、醤油、砂糖)	スープ(中華あじ) (キャベツ、人参)		豚まんお焼き 牛乳
23	土		牛乳	ごはん(精白米)	ポークシチュー (豚肉、玉葱、人参、新じゃが芋、シチュールウ、スキム、油)	白菜のゆかり和え (白菜、ゆかり、塩)			りんご	ココア蒸しパン 牛乳 <small>(ホットケーキミックス、ココア、砂糖、スキム、牛乳、油)</small>
25	月		牛乳	ごはん(精白米)	ぶりのみそ焼き (鱈、みそ、酒、みりん)	こんにやくの塩きんぴら (糸こんにやく、人参、鶏ガラ、白ごま、ごま油)	フレンチチーズサラダ (ブロッコリー、レタス、粉チーズ、酢、砂糖、塩、レモン汁、オリーブ油)	スープ(中華あじ) (えのき、玉葱)		★お好み焼き ばばあちゃんシリーズ 麦茶 <small>(小麦粉、卵、豚肉、キャベツ、お好みソース、マヨネーズ、青のり、かつお節、油)</small>
26	火	オレンジ	牛乳 オレンジ	ごはん(精白米)	五目豆 (鶏肉、ごぼう、大豆、長葱、人参、醤油、みりん、砂糖、油)	がんものあんかけ (がんもどき、醤油、砂糖、おろし生姜、片栗粉)	トマトのマリネ (トマト、玉葱、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (筍、とろろ昆布)		かぼちゃブレッド 牛乳
27	水	牛乳	牛乳	ごはん(精白米)	サーモンのトマトソースがけ (サーモン、玉葱、しめじ、ホールトマト缶、ケチャップ、スキム、鶏ガラ、油)	ゆでブロッコリー (ブロッコリー、塩)	ポテトサラダ (新じゃが、コーン缶、赤ピーマン、鶏ガラ、バター、塩、パセリ粉)	スープ(鶏ガラ) (青梗菜、あさつき)		なっとうひじきごはん 麦茶 <small>(精白米、納豆、ひじき、醤油、中華あじ、みりん)</small>
28	木		牛乳	ごはん(精白米)	松風焼き (鶏挽肉、玉葱、青のり、みそ、砂糖、スキム、みりん、醤油)	人参のグラッセ (人参、バター、鶏ガラ、砂糖)	キャベツのおかか和え (キャベツ、かつお節、醤油、砂糖)	すまし汁 (さつまいも、絹さや)		イタリアン焼きそば 麦茶 <small>(焼きそば麺、ベーコン、えび、青のり、ホールトマト缶、ケチャップ、中農ソース、鶏ガラ、オリーブ油)</small>
29	金		牛乳	ごはん(精白米)	塩回鍋肉 (豚肉、キャベツ、長葱、鶏ガラ、おろしにんにく、みりん、酒、ごま油)	ごまかぼちゃ (南瓜、白ごま、鶏ガラ、砂糖、片栗粉)	ナムル (もやし、わかめ、人参、醤油、塩、ごま油)	みそ汁 (麩、大根)		セサミブレッド 牛乳
30	土		牛乳	かた焼きそば <small>(揚げ麺、豚肉、人参、玉葱、白菜、もやし、中華あじ、醤油、片栗粉、ごま油)</small>		コロコロ胡瓜 (胡瓜、昆布茶)			バナナ	やきおにぎり 麦茶 <small>(精白米、みそ、みりん、塩)</small>



きいろのグループ

エネルギーのもとになる おさら

あかのグループ

からだをつくるのもとになる おさら

みどりのグループ

からだをじょうぶにする おさら

材料の仕入れ状況により、献立が変更することがあります。

今月は5月の前半と後半で同じメニュー(サイクルメニュー)になっています。

〈今月のポイント〉

・今月は、「八景オリジナル料理」や「定番料理」を取り入れつつ、絵本や物語に出てくる料理やお菓子をいくつか再現しています。献立を見ることで、毎日の屋食やおやつの時間が楽しみになって、わくわくしながら登園してくれることを考えて作りました。