

5月予定献立表 (12ヶ月)

令和3年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
6 (木)	フォローアップミルク	軟飯, 野菜グラタン, アスパラソテー スパゲティサラダ, 麦茶	蒸しパン フォローアップミルク
7 (金)	ねりきなこ フォローアップミルク	軟飯, 肉じゃが, キャベツとわかめのみそ汁 ほうれん草の海苔和え, 麦茶	フルーツポンチ フォローアップミルク
8 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
10 (月)	フォローアップミルク	ひじきご飯, 豆腐とツナの焼きナゲット 南瓜の甘煮, トマトサラダ, 麦茶	ちんすこう フォローアップミルク
11 (火)	ゆでそら豆 フォローアップミルク	軟飯, 豚挽肉のトマトミルク煮 キャベツサラダ, オレンジ, 麦茶	[誕生日会] ふんわりケーキ フォローアップミルク
12 (水)	フォローアップミルク	軟飯, 豚挽肉と野菜の和風煮, 粉ふき芋 かぶとニラのスープ, 麦茶	ソフトパン フォローアップミルク
13 (木)	ふかし芋 フォローアップミルク	軟飯, 魚のほぐし煮, 人参と豆腐の煮物 キャベツとささみの和え物, 麦茶	煮麺 フォローアップミルク
14 (金)	人参の甘煮 フォローアップミルク	焼き立てソフトパン, 鶏肉のクリーム煮 なすのトマト煮込み, ポテトサラダ, 麦茶	おかかおにぎり フォローアップミルク
15 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
17 (月)	フォローアップミルク	軟飯, ツナ水餃子, 切干し大根と大豆の柔らか煮 キャベツのごま和え, 麦茶	ごまスコーン フォローアップミルク
18 (火)	グレープフルーツ フォローアップミルク	和風スパゲティ , じゃが芋と野菜の千切り炒め スティック野菜, 麦茶	味噌おにぎり フォローアップミルク
19 (水)	チーズ フォローアップミルク	軟飯, 野菜と豚肉のあんかけ, 豆腐の含め煮 キャベツときゅうりの和え物, 麦茶	ソフトクッキー フォローアップミルク
20 (木)	スティックきゅうり フォローアップミルク	炊き込みご飯 , 魚のほぐし煮, ゆでそら豆 豆腐のすまし汁, 麦茶	オレンジゼリー フォローアップミルク
21 (金)	フォローアップミルク	軟飯, 中華風かけ納豆, 五目ビーフン煮 小松菜のしらす和え, 麦茶	芋ようかん フォローアップミルク
22 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
24 (月)	フォローアップミルク	軟飯, 焼きはんぺん, にんじんしりしり スティックきゅうり, 麦茶	野菜おやき フォローアップミルク
25 (火)	ねりきなこ フォローアップミルク	トマトリゾット, かぼちゃのごま和え ボイルブロッコリー, 麦茶	レーズン蒸しパン フォローアップミルク
26 (水)	バナナ フォローアップミルク	軟飯, 鶏肉の和風煮, ゆでそら豆 春雨スープ, 麦茶	ミルクプリン フォローアップミルク
27 (木)	フォローアップミルク	焼き立てソフトパン, 魚のほぐし焼き, 野菜スープ 人参の甘煮, 麦茶	五目ご飯 フォローアップミルク
28 (金)	チーズ フォローアップミルク	軟飯, 豚挽肉のトマトあんかけ, 豆腐の含め煮 もやしとニラのスープ, 麦茶	焼きそば フォローアップミルク
29 (土)	フォローアップミルク	家庭弁当 麦茶	フォローアップミルク
31 (月)	フォローアップミルク	軟飯, 豆腐と野菜の味噌煮, 粉ふき芋 かぶとツナのごま和え, 麦茶	ミルク葛湯 フォローアップミルク

今月の目標：スプーンを使って自分で食べてみましょう

今月の旬の食材

アスパラガス・空豆

グリンピース・グレープフルーツ

