

# 5月予定献立表 (12ヶ月) (卵抜き)

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)	森永ミルク	家庭弁当 麦茶	森永ミルク
6 (木)	森永ミルク	軟飯, 野菜グラタン, <b>アスパラソテー</b> スパゲティサラダ, 麦茶	蒸しパン 森永ミルク
7 (金)	ねりきなこ 森永ミルク	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 森永ミルク
8 (土)	森永ミルク	家庭弁当 麦茶	森永ミルク
10 (月)	森永ミルク	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 森永ミルク
11 (火)	<b>ゆでそら豆</b> 森永ミルク	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	<b>[誕生日会]</b> ふんわりケーキ 森永ミルク
12 (水)	森永ミルク	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 森永ミルク
13 (木)	ふかし芋 森永ミルク	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 森永ミルク
14 (金)	人参の甘煮 森永ミルク	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 森永ミルク
15 (土)	森永ミルク	家庭弁当 麦茶	森永ミルク
17 (月)	森永ミルク	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 森永ミルク
18 (火)	<b>グレープフルーツ</b> 森永ミルク	<b>和風スパゲティ</b> , 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 森永ミルク
19 (水)	チーズ 森永ミルク	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 森永ミルク
20 (木)	スティックきゅうり 森永ミルク	<b>炊き込みご飯</b> , 魚のほぐし煮, <b>ゆでそら豆</b> 豆腐のすまし汁, 麦茶	オレンジゼリー 森永ミルク
21 (金)	森永ミルク	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 森永ミルク
22 (土)	森永ミルク	家庭弁当 麦茶	森永ミルク
24 (月)	森永ミルク	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 森永ミルク
25 (火)	ねりきなこ 森永ミルク	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 森永ミルク
26 (水)	バナナ 森永ミルク	軟飯, 鶏肉の和風煮, <b>ゆでそら豆</b> 春雨スープ, 麦茶	ミルクプリン 森永ミルク
27 (木)	森永ミルク	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 森永ミルク
28 (金)	チーズ 森永ミルク	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 森永ミルク
29 (土)	森永ミルク	家庭弁当 麦茶	森永ミルク
31 (月)	森永ミルク	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 森永ミルク

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  
グリーンピース・グレープフルーツ

