



5月予定献立表 (12ヶ月)



令和6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 (水)	ミルク	鶏そぼろ丼、すまし汁、ツナサラダ キウイフルーツ、麦茶	にんじんスコーン ミルク
2 (木)	チーズ 麦茶	ちまき風おこわ、魚の照り焼き、 ゆで空豆 はるさめサラダ、麦茶	あんぱん ミルク
7 (火)	ミルク	御飯、はんぺん和風煮、ひじきの煮物 トマトサラダ、麦茶	チヂミ 牛乳
8 (水)	ねりきなこ 麦茶	手作りパン、ジャーマンポテト、コーンスープ にんじんサラダ、麦茶	五平もち 麦茶
9 (木)	バナナ 麦茶	御飯、煮魚、じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 小松菜のごま和え、麦茶	焼きうどん ミルク
10 (金)	ミルク	御飯、ひき肉のトマト炒め、ポテトサラダ グレープフルーツ 、麦茶	[誕生日会] スポンジケーキ ミルク
11 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
13 (月)	ミルク	御飯、ツナ水餃子、はるさめスープ かぼちゃサラダ、麦茶	フルーツポンチ ミルク
14 (火)	ヨーグルト 麦茶	御飯、ハンバーグ、ゆで卵 ビーンズサラダ、麦茶	[世界の料理] パンケーキ ミルク
15 (水)		ひかりふえすていばる	
16 (木)	ミルク	御飯、煮魚、高野豆腐と昆布の煮物 ほうれん草の海苔和え、麦茶	和風スパゲティ 牛乳
17 (金)	チーズ 麦茶	わかめ御飯、肉じゃが、キャベツと油揚げのみそ汁 ブロッコリーのしらす和え 、麦茶	ミルクもち ミルク
18 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
20 (月)	ミルク	御飯、野菜のトマト煮、コールスローサラダ オレンジ、麦茶	ちんすこう ミルク
21 (火)	ねりきなこ 麦茶	ジャージャーめん、わかめスープ かぼちゃのごま和え、麦茶	五目御飯 ミルク
22 (水)	キウイフルーツ 麦茶	御飯、 そらまめとしらすのおやき 、切干大根の煮物 キャベツときゅうりの和え物、麦茶	キャロットケーキ ミルク
23 (木)	ミルク	御飯、中華風かけ納豆、さつま揚げの含め煮 もやしナムル、麦茶	クッキー 牛乳
24 (金)	ふかし芋 麦茶	御飯、 ひき肉といんげんの炒め物 、にんじんしりしり スパサラ、麦茶	グレープフルーツゼリー ミルク
25 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
27 (月)	ミルク	御飯、オムレツ、野菜スープ ひじきサラダ、麦茶	マーブル蒸しパン ミルク
28 (火)	人参の甘煮 麦茶	ツナサンド、 鶏肉といんげんのソテー オレンジ、麦茶	焼きおにぎり ミルク
29 (水)	チーズ 麦茶	御飯、豚肉とキャベツのみそ炒め、がんもの含め煮 なすのさっぱり和え、麦茶	芋ようかん ミルク
30 (木)	ミルク	御飯、マーボ豆腐、ちくわの磯辺焼き わかめサラダ、麦茶	チーズスコーン 牛乳
31 (金)	牛乳	[食育]御飯、野菜のケチャップ煮 バナナ、麦茶	ちゃんぽんめん ミルク

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
空豆・いんげん・しらす
グレープフルーツ

世界の料理



今月は「アメリカ (ハワイ)」です。

