

# 5月予定献立表(大豆抜き)

令和7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 (木)	りんごジュース	たけのこご飯粥、鶏ひき肉のあんかけ ブロッコリーサラダ、バナナ、麦茶	ホットケーキ ジョア 
2 (金)	牛乳	粥、鶏ひき肉のクリーム煮、キャベツサラダ コーンスープ、麦茶	シトラスゼリー 麦茶 
7 (水)	ヤクルト	粥、卵あんかけ、わかめスープ ほうれん草のお浸し、麦茶	プレーン蒸しパン 牛乳
8 (木)	ヨーグルト 麦茶	パン粥、魚のほぐし煮、キャベツとコーンのソテー 卵サラダ、麦茶	しらす粥 ジョア
9 (金)	オレンジジュース	粥、鶏ひき肉のあんかけ、ちくわといんげんの煮物 はるさめサラダ、麦茶	ホットケーキ 麦茶
10 (土)	おやつ 	家庭弁当	おやつ
12 (月)	ヤクルト	わかめご飯粥、空豆としらすの卵とじ キャベツときゅうりの和え物、麦茶	パン粥 りんごジュース
13 (火)	野菜ジュース	にゅうめん、ゆで卵、コーンサラダ グレープフルーツ、麦茶 	しょうゆご飯粥 麦茶
14 (水)	りんごジュース	粥、チキントマト煮、わかめサラダ、麦茶 	刻みフルーツ 麦茶 
15 (木)	チーズ 麦茶	粥、魚のほぐし煮、ひじきの刻み煮物 マッシュポテト和え、麦茶	フルーツポンチ 牛乳 
16 (金)	ヨーグルト 麦茶	粥、鶏ひき肉のあんかけ、人参の甘煮 もやしとわかめの和え物、麦茶	コーンパン粥 ジョア
17 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
19 (月)	ヤクルト	粥、じゃがいもの卵とじ、切干大根の煮物 ポイルトマト、麦茶	ミルクくず湯 りんごジュース
20 (火)	チーズ 麦茶	粥、肉団子のあんかけ、かぼちゃの煮物 マカロニサラダ、麦茶	肉うどん 麦茶
21 (水)	野菜ジュース	粥、鶏ささ身のあんかけ、人参の甘煮 キャベツのおかか和え、麦茶	ヨーグルトゼリー オレンジジュース
22 (木)	キウイフルーツ 麦茶	豆ご飯粥、煮魚、あんかけビーフン もやしサラダ、麦茶	マカロニスープ 牛乳
23 (金)	オレンジジュース 	粥、えびのあんかけ、はるさめチキンスープ 豆サラダ、麦茶	パン ジョア
24 (土)	おやつ 	家庭弁当 	おやつ
26 (月)	ヤクルト 	粥、ウインナーハヤシライス風 にんじんサラダ、オレンジ、麦茶 	しらすのスパゲッティ 麦茶
27 (火)	人参の甘煮 麦茶	粥、鶏ひき肉のトマト煮、ゆで空豆 なすのさっぱり和え、麦茶	しょうゆご飯粥 牛乳
28 (水)	チーズ 麦茶	粥、鶏もも肉の和風煮、わかめのスープ ひじきサラダ、麦茶	ホットケーキ 麦茶 
29 (木)	バナナ 麦茶	粥、魚のほぐし煮、にんじんとえのきの煮物 いんげんのごま和え、麦茶	プレーンパウンド りんごジュース 
30 (金)	りんごジュース	粥、鶏ひき肉のあんかけ、ほうれん草のお浸し かぼちゃの甘煮、麦茶	ヨーグルトゼリー ジョア
31 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ

今月の旬の食材  
空豆・いんげん・しらす  
グレープフルーツ



23日(金)  
《世界の料理》  
今月は「ハワイ」です

