

5月予定献立表（13ヶ月 豚肉抜き）

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)	ミルク	中華おこわ、鶏肉の照り焼、豆腐サラダ バナナ、麦茶	オムレット ミルク
2 (金)	ミルク	ミートドリア、ツナサラダ、 コーンクリームスープ 麦茶	シトラスゼリー ミルク
7 (水)	ミルク	御飯、ツナ水餃子、わかめスープ 三色ナムル、麦茶	プレーン蒸しパン ミルク
8 (木)	ヨーグルト 麦茶	手作りパン、魚のチーズ焼き キャベツとコーンのソテー、卵サラダ、麦茶	しらすおにぎり ミルク
9 (金)	ミルク	御飯、中華風かけ納豆、ちくわといんげんの煮物 はるさめサラダ、麦茶	[誕生日会]誕生ケーキ ミルク
10 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
12 (月)	ミルク	わかめ御飯、空豆としらすのおやき キャベツときゅうりの酢の物、麦茶	ちんすこう ミルク
13 (火)	ミルク	ジャージャー麺、ゆで卵、コーンサラダ グレープフルーツ、麦茶	焼きおにぎり ミルク
14 (水)	ミルク	チキンカレーライス、福神漬け わかめサラダ、麦茶	お楽しみパフェ ミルク
15 (木)	ねりきなこ 麦茶	御飯、魚の照り焼き、ひじきの煮物 ポテトサラダ、麦茶	フルーツポンチ ミルク
16 (金)	ヨーグルト 麦茶	御飯、マーボ豆腐、さつま揚げの含め煮 もやしのナムル、麦茶	マヨコーンパン ミルク
17 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
19 (月)	ミルク	御飯、オムレツ、切干大根の煮物 トマトサラダ、麦茶	ミルクもち ミルク
20 (火)	チーズ 麦茶	御飯、肉団子の甘酢あん、かぼちゃのごま和え マカロニサラダ、麦茶	焼きうどん ミルク
21 (水)	ミルク	御飯、いんげんの肉巻き、がんもの含め煮 キャベツのおかか和え、麦茶	ヨーグルトゼリー ミルク
22 (木)	キウイフルーツ 麦茶	豆ご飯、煮魚、五目ビーフン ごまマヨサラダ、麦茶	ココアクッキー ミルク
23 (金)	ミルク	御飯、ガーリックシュリンプ、チキンロングライス コロコロサラダ、麦茶	きなこパン ミルク
24 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
26 (月)	ミルク	ハヤシライス、福神漬け、コールスローサラダ オレンジ、麦茶	しらすの和風スパゲティ ミルク
27 (火)	人参の甘煮 麦茶	焼きそば、ゆで空豆、なすのさっぱり和え、麦茶	五平もち 牛乳
28 (水)	ねりきなこ 麦茶	御飯、鶏の照り焼き、えのきとわかめの味噌汁 ひじきサラダ、麦茶	ホットケーキ ミルク
29 (木)	バナナ 麦茶	御飯、魚の照り焼き、高野豆腐と昆布の煮物 いんげんのごま和え、麦茶	マーブルパウンド ミルク
30 (金)	ミルク	三色丼、かぼちゃの甘煮、切干大根のサラダ、麦茶	レーズンスコーン ミルク
31 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ

目標：離乳食完了がスムーズに出来るようにしましょう

今月の旬の食材
空豆・いんげん・しらす
グレープフルーツ



23日(金)
《世界の料理》
今月は「ハワイ」です

