

5月

献立表

このみ坂保育園

日	曜	種	献立	3時のおやつ	
1	金	焼	ごはん 鶏のみそだれ焼き 納豆和え けんちん汁	牛乳	じゃがいももち
2	土	煮	ごはん ポークカレー 野菜サラダ	牛乳	フルーツ
4	月		みどりの日		
5	火		こどもの日		
6	水		振替休日		
7	木	焼	ごはん 塩マリネチキン ボイルサラダ みそ汁	牛乳	アップルゼリー
8	金	揚	ごはん カレイのあんかけ レバニラ炒め みそ	牛乳	豆腐ケーキ
9	土		遠足		
11	月	焼	ごはん 魚の照り焼き 甘酢あえ みそ汁	牛乳	野菜チップス
12	火	炒	ごはん ポークストロガノフ ピーマンとれんこんの金平 野菜スープ	牛乳	バナナケーキ
13	水	煮	ごはん ひじきハンバーグ 春キャベツのごま和え ポテトスープ	牛乳	オレンジゼリー
14	木	焼	ハヤシライス フレンチサラダ かに卵スープ	牛乳	フルーツポンチ
15	金	焼	ごはん 魚のムニエル 高野豆腐の卵とじ みそ汁	牛乳	甘辛団子
16	土	丼	三色丼 みそ汁 フルーツ	牛乳	フライドポテト
18	月	炒	ごはん 炒り鶏 マセドアンサラダ みそ汁	牛乳	フルーツヨーグルト
19	火	揚	ごはん 魚のフライ 春雨の酢の物 みそ汁	牛乳	パウンドケーキ
20	水	煮	ごはん マーボー豆腐 ばんさんす わかめスープ	牛乳	牛乳寒
21	木	焼	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 南瓜と枝豆の煮物 たぬき汁	牛乳	ドロップクッキー
22	金	焼	 ごはん タンドリーチキン 五目大豆 キャベツスープ	牛乳	豆腐ドーナツ
23	土	麺	おにぎり タイピーエン フルーツ	牛乳	じゃこトースト
25	月	煮	ごはん チキンのトマト煮 スパゲティサラダ クラムチャウダー	牛乳	黒糖蒸しパン
26	火	揚	ごはん メンチカツ 春雨の和え物 みそ汁	牛乳	みるくもち
27	水	焼	ごはん さわらのみそ漬焼き ほうれん草のナムル 豆腐のおすまし	牛乳	ごまクッキー
28	木	炒	ごはん 酢豚 そうめんサラダ みそ汁	牛乳	カスタードプリン
29	金	焼	ごはん 魚のムニエル おからサラダ みそ汁	牛乳	かぼちゃスコーン
30	土	汁	おにぎり 団子汁 フルーツ	牛乳	たまごサンド



は、お誕生会メニューです。

5月に入り、新緑の気持ちいい季節となりました。

給食では、季節とともに出てくる旬の野菜や果物等をなるべく取り入れていく予定です。

野菜は、これから成長するために栄養をため込む新芽の部分を食べることが

多いので、栄養満点です。特に、春に出回る玉ねぎ、じゃがいも、キャベツなどは、1年の内でもっとも栄養が豊富になる時期です。

