



令和4年 5月のメニュー表



赤 血や肉・骨となる



黄 熱や力となる



緑 体の調子をとる

日曜	献立名		材料名(昼)			日曜	献立名		材料名(昼)		
	昼食	おやつ	赤	黄	緑		昼食	おやつ	赤	黄	緑
2月	なめしごはん 魚の照り焼き ★人参シリシリー ★コールスローサラダ 豆腐のみそ汁	★ミニチョコパン	ホキ ツナ 豆腐 わかめ ★白ハム たまご	なめしごはん グラニュー糖 ★マヨネーズ 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン とうもろこし	17日	わかめごはん 魚の野菜あんかけ ★パパイアイチリー ★フルーツ杏仁 小松菜と麩のみそ汁	★今川焼き (カスタード)	ホキ うずまさ 麩 わかめ ★ベーコン	ごはん ★杏仁豆腐 かたくり粉 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン パパイア にら こまつな みかん缶 パン缶
3日	憲法記念日の日					18日	カレーライス 一口ササミフライ ★根菜と豆サラダ	りんごゼリー	豚ミンチ ササミフライ ひよこまめ 干しひじき	きひご ほん じゃがいも ★ごまドレッシング グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ グリーンピース とうもろこし れんこん
4日	みどりの日					19日	ごはん チキンのごまみそ焼き(2個) クープイリチー ★そうめん汁	★キャラメル クッキー(2枚)	鶏モモ肉 豚コマ肉 刻み昆布 ★鶏糸たまご	ごはん コンニャク そうめん ★グラニュー糖 大豆油	にんじん ねぎ 干しいたけ
5日	こどもの日					20日	ごはん ★肉団子のケチャップ煮(3個) 大根くず煮 ★ポテトサラダ 里芋のみそ汁	★レモンケーキ	豚ミンチ ★ミートボール ★白ハム ★たまご	ごはん じゃがいも ねぎ ★マヨネーズ ★グラニュー糖 かたくり粉 大豆油	にんじん だいこん ねぎ きゅうり
6日	★ピピンパ丼 ★カレーポテトソー ゼリー コンソメスープ	★チョコカップ ケーキ	牛バラ肉 ★ベーコン ★鶏糸たまご	ごはん じゃがいも ゼリー グラニュー糖 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ もやし とうもろこし ほうれん草 さやいんげん	21日	煮込みラーメン うむくじ天ぷら 大根のごま和え	★ミニクリーム パン	わかめ	おむくじ 天ぷら ★グラニュー糖 ごま油 大豆油	だいこん きゅうり
7日	五目焼きそば ★かみかみごぼうサラダ 白菜のみそ汁	★ミニカスター ドパン	豚コマ肉 ツナ 油あげ	中華麺 ★マヨネーズ ★グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン ごぼう きゅうり はくさい	23日	あわごはん さばのみそ煮 ひじき炒め煮 小松菜のすまし汁	かりんとう饅頭 (2個)	さば さつま揚げ 油あげ 干しひじき	あわごはん コンニャク ★グラニュー糖 大豆油	にんじん こまつな 干しいたけ
9日	麦ごはん さばの塩焼き チキナー炒め ★スパゲティサラダ 冬瓜とわかめのみそ汁	★チョコチップ スコーン	さば ツナ 豆腐 ★白ハム ★たまご わかめ	麦ごはん スパゲティ ★マヨネーズ 大豆油	にんじん たまねぎ からし菜 きゅうり とうもろこし とうがん ねぎ	24日	ごはん 酢どり(2個) ★青菜とイカの炒め物 もずく酢の物 中華風スープ	★チーズスコーン	鶏モモ肉 ★こうい か もずく	ごはん ★グラニュー糖 かたくり粉 ごま油 大豆油	にんじん ピーマン たけのこ 干しいたけ たまねぎ チンゲン菜 はくさい きゅうり キャベツ とうもろこし
10日	ごはん ★チキン南蛮(2個)タルソース ブロックリーソテー ★切り干し大根の中華和え えのきと小松菜のすまし汁	★りんごマフィン	鶏モモ肉 ツナ ★白ハム ★たまご	ごはん ★マヨネーズ 小麦粉 ★グラニュー糖 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ ごまつな ブロッコリー きゅうり 切り干し大根 えのきたけ	25日	ごはん タンドライーチキン(2個) ★冬瓜のそぼろあんかけ ゼリー えのきのみそ汁	★ピザトースト	鶏モモ肉 豚ミンチ ★カニカマ	ごはん ゼリー かたくり粉	ねぎ とうがん えだまめ 干しいたけ えのきたけ
11日	ゆかりごはん 春雨のチャプチェ炒め 大学芋 アオサ汁	★たご焼き (3個)	豚コマ肉	ゆかりごはん スイートポテト はるさめ ★グラニュー糖 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ 干しいたけ えのきたけ ねぎ ピーマン	26日	タコライス ポテトいそべあげ ほうれん草のコンソメスープ	くずもち	豚ミンチ 牛ミンチ	ごはん じゃがいも ★グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ とうもろこし グリーンピース トマト缶 レタス ほうれん草
12日	★沖縄そば ★ブロッコリーのカレーマヨ和え ちんすこう	いなりずし	三枚肉 ツナ	沖縄そば ★大丸かまぼこ ★マヨネーズ ★グラニュー糖	たまねぎ ねぎ はくさい きゅうり ブロッコリー カリフラワー	27日	ごはん ★かぼちゃクロquette 切り干しだいこん煮 ツナサラダ ごぼうのみそ汁	★キャラメル クッキー(2枚)	ツナ 油あげ 刻み昆布	ごはん ★かぼちゃ クロquette ★グラニュー糖 大豆油	にんじん 切り干し大根 干しいたけ キャベツ レタス きゅうり ごぼう
13日	ごはん メンチカツ ★ゴーヤーチャンプルー パン缶 大根のみそ汁	★かぼちゃ ケーキ	メンチカツ 豆腐 ★ウンナー ★たまご	ごはん 大豆油	にんじん たまねぎ ゴーヤー ねぎ だいこん パン缶	28日	★スタミナ丼 ★春雨パンサンスーサラダ 冬瓜のすまし汁	★ミニ紅芋パン	豚コマ肉 ★白ハム ★鶏糸たまご	ごはん はるさめ ★グラニュー糖 かたくり粉 ごま油	にんじん ごぼう 干しいたけ にら きゅうり もやし とうがん ねぎ
14日	★もずく丼 ★きゅうりのカニカマサラダ キャベツと油あげのみそ汁	★ミニメロンパ ン	豚ミンチ 油あげ わかめ もずく ★カニカマ ★鶏糸たまご	ごはん ★グラニュー糖 かたくり粉	にんじん ピーマン きゅうり キャベツ	30日	麦ごはん イカの子巻きあげ(2個) 筑前煮 みかん缶 具だくさんのみそ汁	★ミニアメリ カンドック(2本)	イカの子 巻き 豚コマ肉	麦ごはん コンニャク 大豆油	にんじん こまつな れんこん さやいんげん 干しいたけ だいこん みかん缶
16日	ごはん チンジャオロース炒め ★かぼちゃサラダ 春雨の中華スープ	★ウィンナーロー リ	豚コマ肉 ★白ハム きくらげ	ごはん はるさめ ★マヨネーズ ★グラニュー糖 かたくり粉 ごま油	にんじん たまねぎ ピーマン かぼちゃ きゅうり たけのこ	31日	ミートスパゲティ ★ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	かぼちゃ ちんすこう(2 枚)	豚ミンチ ツナ	スパゲティ ★マヨネーズ 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン ブロッコリー キャベツ とうもろこし

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)





令和4年

5月のメニュー表



《アレルギー園児用》

日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品	日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品
2月	なめしごはん 魚の照り焼き ★人参シリシリ ★コールスローサラダ 豆腐のみそ汁	(卵) 人参シリシリ ⇒ 卵抜き (卵・乳) コールスローサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネーズ	★ミニチョコパン ジャムパン	17火	わかめごはん 魚の野菜あんかけ ★パパイアイチリー ★フルーツ杏仁 小松菜と麩のみそ汁	(卵・乳) パパイアイチリー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加 (乳) フルーツ杏仁 ⇒ 杏仁豆腐抜き	★今川焼き (カスタード) ホットサンド
3火	 憲法記念日の日			18水	カレーライス ーロササミフライ ★根菜と豆サラダ	(卵) 根菜と豆のサラダ ⇒ 卵不使用マヨネーズ	リンゴゼリー
4水	 みどりの日			19木	ごはん チキンのごまみそ焼き(2個) クープイリチー ★そうめん汁	(卵) そうめん汁 ⇒ 錦糸卵抜き	★キャラメル クッキー 乳抜きキャラメル クッキー
5木	 こどもの日			20金	ごはん ★肉団子のケチャップ煮(3個) 大根ぐず煮 ★ポテトサラダ 里芋のみそ汁	(乳) 肉団子のケチャップ煮 ⇒ 手作り肉団子 (卵・乳) ポテトサラダ ⇒ 白ハム・卵抜き、卵不使用マヨネーズ	★カボチャ ケーキ 卵・乳抜き カボチャケーキ
6金	★ピビンバ丼 ★カレーポテトソー ゼリー コンソメスープ	(卵) ピビンバ丼⇒錦糸卵抜き (卵・乳) カレーポテトソ ⇒ ベーコン抜き	★チョコカップ ケーキ ★乳抜きチョコ カップケーキ	21土	煮込みラーメン うむくじ天ぷら 大根のごま和え		★ミニクリームパ ン ジャムパン
7土	五目焼きそば ★かみかみごぼうサラダ 白菜のみそ汁	(卵) かみかみごぼうサラ ⇒ 卵不使用マヨネーズ	★ミニカスター ドパン ジャムパン	23月	あわごはん さばのみそ煮 ひじき炒め煮 小松菜のすまし汁		かりんとう饅 頭 (2個)
9月	麦ごはん さばの塩焼き チキナー炒め ★スパゲティサラダ 冬瓜とわかめのみそ汁	(卵・乳) スパゲティサラ ⇒ 白ハム・卵抜き 卵不使用マヨネーズ	★チョコチップ スコーン 乳抜きチョコ スコーン	24火	ごはん 酢どり(2個) 青菜とイカの炒め物 もずく酢の物 中華風スープ		★ブルーベリー スコーン 乳抜き ブルーベリースコ ン
10火	ごはん ★チキン南蛮(2個)タルタルソ ス ブロッコリーソー テ ★切り干し大根の中華和え のきと小松菜のすまし汁	(卵) チキン南蛮 ⇒ 卵抜きタルタルソ (乳) 切り干し大根の中華和 えのきと小松菜のすまし汁 ⇒ 白ハム抜き	★りんごマフィ ン 乳抜きりんごマフィ ン	25水	ごはん タンドリーチキン(2個) ★冬瓜のそぼろあんかけ ゼリー えのきのみそ汁	(卵・乳) 冬瓜のそぼろあんかけ ⇒ カニカマ抜き	★ピザトースト 乳抜きピザトースト
11水	ゆかりごはん 春雨のチャプチェ炒め 大学芋 アオサ汁		★たこやき(3個) 卵抜き ヒラヤーチー	26木	タコライス ポテいそべあげ ほうれん草のコンソメスープ		くずもち
12木	★沖縄そば ★ブロッコリーのカレーマヨ和え ちんすこう	(卵) 沖縄そば ⇒ 竹小町へ (卵) ブロッコリーのカレーマヨ和 え ⇒ 卵不使用マヨネーズ	いなりずし	27金	ごはん ★かぼちゃコロケ 切り干しだいこん煮 ツナサラダ ごぼうのみそ汁	(乳) かぼちゃコロケ ⇒ アレルギー用ポテトコロケ	★チーズマフィン 卵・乳抜き チーズマフィン
13金	ごはん メンチカツ ★ゴーヤーチャンプルー バイ缶 大根のみそ汁	(卵・乳) ゴーヤーチャンプルー ⇒ ウィナー・卵抜き	★レモンケーキ 卵・乳抜き レモンケーキ	28土	★スタミナ丼 ★春雨ハンサンスーサラダ 冬瓜のすまし汁	(卵) スタミナ丼 ⇒ 錦糸卵抜き (乳) 春雨ハンサンスーサラダ ⇒ 白ハム抜き	★ミニ紅芋パン ジャムパン
14土	★もずく丼 ★きゅうりのカニカマサラダ キャベツと油あげのみそ汁	(卵) もずく丼 ⇒ 錦糸卵抜き (卵・乳) きゅうりのカニカマサラダ ⇒ カニカマ抜き	★ミニメロンパン ジャムパン	30月	麦ごはん イカの子巻きあげ(2個) 筑前煮 みかん缶 具だくさんのみそ汁		★ミニアメリカ ンドック(2本) 卵・乳抜き アメリカンドック
16月	ごはん チンジャオロース炒め ★かぼちゃサラダ 春雨の中華スープ	(卵・乳) カボチャサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネーズ	★ウィンナー ロール 乳抜き ウィンナーロール	31火	★ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	(卵) ブロッコリーのツナサラ ⇒ 卵不使用マヨネーズ	紅芋ちんすこう
※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります ★アレルギー食品(卵・乳製品使用)							