



# 5がつのこんだて

令和4年度 うさぎ保育所



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

とようび

にちようび



2  
ごはん  
キスフライ  
ほうれん草の白和え  
めかぶの味噌汁

マーラーカオ 牛乳

3  
あんかけ焼きそば  
海藻サラダ  
きのこスープ

肉巻きおにぎり 豆乳

4  
ごはん  
豚の照りマヨ  
しょうが焼き  
キャベツの塩昆布和え  
白玉麩のすまし汁  
フルーツきんとん 豆乳

5  
ごはん  
豚肉のお好み焼き  
りっちゃんのスラダ  
きくらげのスープ

マシュマロフレーク 豆乳

6 **ひまわり組クッキング**  
ごはん  
玄米フレークチキン  
チンゲン菜のコーン和え  
じゃがいもの味噌汁

りんごのカップケーキ 牛乳

7  
ごはん  
梅つくね  
ブロッコリーのごまよごし  
うずまき麩の味噌汁

レーズン蒸しパン 豆乳

1  
ごはん  
マカロニナポリタン  
もやしの梅和え  
しょうがスープ

バナナパンケーキ 豆乳

8  
焼きビーフン  
新じゃがのそぼろ煮  
わかめの中華スープ

たけのこおこわ 豆乳

9  
ごはん  
スタミナ豆腐  
長いもサラダ  
わらびの味噌汁

かしわもち 牛乳

10  
ごはん  
旬の魚の南蛮漬け  
ねぎの酢味噌和え  
わか玉スープ

和風トースト 牛乳

11  
トマトハヤシライス  
ひじきのマヨサラダ  
クリームコーンスープ

豆乳もち 牛乳

12  
丸パン  
チキンビーンズ  
スナップエンドウの  
塩麹サラダ  
カレースープ

たこ焼き風おにぎり 牛乳

13  
ごはん  
チンジャオロース  
彩り野菜のかつお節和え  
鶏そぼろの赤だし汁

インドサモサ 牛乳

14  
春キャベツと  
トマトのスパゲティ  
野菜スティック  
具だくさんボークスープ

わかめおにぎり 豆乳

15  
ごはん  
ガーリックチキン  
ごぼうサラダ  
さつま芋の味噌汁

にんじんスコーン 豆乳

16  
ごはん  
カレイの甘辛焼き  
さわやかキャベツ  
つぶつぶ大豆の味噌汁

じゃが丸くん 牛乳

17 **こすもす組クッキング**  
春野菜とまいたけの  
卵とじうどん  
もやしのじゃこ和え  
大豆レーズン煮

ツナピラフ 牛乳

18  
ごはん  
マーボー春雨  
わかめの酢の物  
オニオンスープ

きなこドーナツ 牛乳

19  
ごはん  
豚肉と野菜のかき揚げ  
グリーンサラダ  
納豆汁

ヨーグルトムース 牛乳

20  
タコライス  
きゅうりの即席漬け  
鮭ポテトスープ

玉ねぎちぢみ 牛乳

21  
ごはん  
豚肉と小松菜の  
オイスター炒め  
人参レーズンサラダ  
絹さやのすまし汁  
甘夏ゼリー 豆乳

22  
ごはん  
カレー肉じゃが  
ばんさんすう  
昆布の味噌汁

ツナマヨクラッカー 豆乳

23  
お弁当日  
(全クラス)

じゃがチーズ 牛乳

24  
雑穀ごはん  
スパニッシュオムレツ  
チンゲン菜の塩ナムル  
ふきのすまし汁

ソルトクッキー 牛乳

25  
大豆入りキーマカレー  
カリカリワントンサラダ  
若竹スープ

ほうれん草団子 牛乳

26  
ごはん  
豚肉プルコギ  
ブロッコリーのごま和え  
ごぼうの白味噌汁

ブルーベリーマフィン 牛乳

27  
ごはん  
鮭のコーンマヨ焼き  
キャベツの和風香りサラダ  
アスパラのコンソメスープ

レモンマドレーヌ 牛乳

28  
ビビンバ  
ささみのポン酢和え  
なめこの味噌汁

長いものおやき 豆乳

29  
ごはん  
鶏のトマト煮  
きゅうりのおかか和え  
そうめん汁

バナナのベニエ 豆乳

30 **お誕生日お祝い献立**  
ロールパン  
デミソースのハンバーグ  
ポテトサラダ  
レタススープ

お楽しみおやつ 牛乳

31  
ごはん  
チキンナゲット  
マカロニサラダ  
豆乳味噌汁

卵プリン 牛乳

- 午前おやつは果物と牛乳です。  
こすもす・ひまわり組は午前おやつ無し、  
給食時に果物と牛乳がつきます。
- 献立内容を変更することがあります。
- 土・日・祝日の献立は、  
卵・乳・乳製品を使用していません。

ご了承いただきますよう、よろしくお願いいたします。

