

# 2022年5月 献立表



# 新川崎みらいのそら保育園

【今年度、初めて出る食材】  
 メロン・ピーマン・レモン汁 (17日)  
 かぶ・かぶの葉 (19日)  
 なす (27日)

- 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください。
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります。ご了承ください。

・17日はお誕生日会です。  
 ・24日は多文化おやつ  
 ミートペンネです。  
 ペンネ(筒状のパスタ)にミートソースを絡めて食べます。  
 ※納品の関係により、変更することがあります。

乳児の朝のおやつは毎日牛乳です。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	日						
2	月	ごはん 鶏肉のトマトソースがけ もやしサラダ コンソメスープ(コーン・小松菜) りんご	鮭おにぎり 牛乳	米、小麦粉、油 さとう、ごま	鶏もも肉・鮭フレーク 牛乳	たまねぎ、トマト缶 もやし、きゅうり、にんじん コーン、小松菜、りんご	塩、コンソメ 酢、しょう油
3	火						
4	水						
5	木						
6	金	ツナカレー マカロニサラダ りんご	お麩のラスク 牛乳	米、じゃが芋 小麦粉 マカロニ、カレールー エッグケアマヨネーズ 麩、油、さとう	ツナ缶 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、りんご	コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース
7	土	ごはん じゃが芋のトマト煮 きゅうりのツナ和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) りんご	わかめおにぎり 牛乳	米、じゃが芋、油 さとう、ごま	豚ひき肉 ツナ缶 味噌、ちりめん 牛乳	たまねぎ、にんじん、トマト缶 きゅうり、わかめ、キャベツ りんご	しょう油、酢、出汁 塩、みりん、料理酒
8	日						
9	月	五目うどん 鶏肉の香味焼き カレーきんぴら りんご	チーズおかかおにぎり 牛乳	うどん、じゃがいも さとう、米、ごま ごま油、油	ちくわ、鶏もも肉 ダイスチーズ 花鰹 牛乳	大根、にんじん、たまねぎ ほうれん草、ねぎ、ピーマン りんご	出汁、しょう油 みりん、塩、カレー粉 料理酒
10	火	ごはん しょうが焼き ひじき煮豆 味噌汁(切干し・人参) りんご	シュガートースト 牛乳	米、さとう 食パン、バター	豚小間肉 大豆水煮、油揚げ 味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン ひじき、こんにゃく、切干大根 りんご、しょうが	しょう油 料理酒、出汁
11	水	ごはん 松風焼き ごぼうサラダ 清汁(ちくわ・わかめ) でこぼん	じゃがいも餅 牛乳	米、さとう、パン粉、油 エッグケアマヨネーズ ごま、じゃが芋 片栗粉	鶏ひき肉、木綿豆腐 味噌、ちくわ 牛乳	ねぎ、にんじん、ごぼう きゅうり、わかめ、でこぼん	塩、酢 出汁、しょう油 ケチャップ
12	木	ジャムパン ポークチャップ サワークラフト コンソメスープ(人参・もやし) りんご	しらすのまぜごはん 牛乳	食パン、油 さとう、米、ごま いちごジャム	豚小間肉 しらす 牛乳	たまねぎ、マッシュルーム キャベツ、にんじん、きゅうり もやし、りんご、小松菜	ケチャップ、コンソメ ウスターソース 酢、塩、しょう油 出汁
13	金	ごはん たらの味噌マヨネーズ焼き ほうれん草のおかか和え 春雨スープ りんご	チキンナゲット 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ 春雨、パン粉	たら、味噌 花鰹 鶏ひき肉、木綿豆腐 牛乳	ほうれん草、白菜、にんじん 玉ねぎ、りんご	塩、しょう油 コンソメ、ケチャップ
14	土	ごはん 豚大根 もやしの三杯酢 味噌汁(わかめ・豆腐) りんご	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、さとう	豚小間肉 絹ごし豆腐、味噌 牛乳	大根、にんじん、しらたき もやし、きゅうり、わかめ りんご、ぶどうジュース しょうが	しょう油 みりん、酢、出汁 寒天
15	日						



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16	月	ビビンバ スパゲティサラダ 中華スープ(豆腐・ねぎ) りんご	ココア蒸しパン 牛乳	米、さとう、油、ごま スパゲティ エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	豚ひき肉、味噌 木綿豆腐 豆乳 牛乳	ほうれん草、にんじん、大根 キャベツ、きゅうり、ねぎ りんご、にんにく	塩、酢、しょう油 中華だし ベーキングパウダー ココア
17	火	ごはん 油淋鶏 ビーフンのおかかマヨ和え 新じゃが海苔チーズ炒め 清汁(えのき・わかめ)・メロン	りんごケーキ 牛乳	米、さとう、バター ビーフン、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス 油、片栗粉、ごま油	鶏もも肉、味噌 花鰹、パルメザンチーズ 豆乳、生クリーム 牛乳	ねぎ、コーン、きゅうり、 にんじん、えのき、わかめ メロン、りんご 青のり、にんにく、しょうが	料理酒、塩、出汁 しょう油、レモン汁 酢
18	水	ロールパン チリコンカン 野菜スティック コーンスープ りんご	炊き込みご飯 牛乳	バターロール、油 エッグケアマヨネーズ 米	大豆水煮、豚ひき肉 味噌 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、トマト缶、きゅうり にんじん、コーン りんご、しめじ にんにく、しょうが	中濃ソース ケチャップ しょう油、カレー粉 塩、コンソメ、みりん 料理酒
19	木	ごはん 豆腐ハンバーグ 新じゃがの甘煮 味噌汁(かぶ・かぶの葉・えのき) でこぼん	ちんすこう 牛乳	米、油、パン粉 小麦粉、さとう じゃが芋	木綿豆腐、豚ひき肉 味噌 牛乳	にんじん、ねぎ、グリーンピース かぶ、かぶの葉、えのき でこぼん	塩、出汁、しょう油 ベーキングパウダー
20	金	ごはん 鮭の塩焼き キャベツの海苔炒め 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご	大学芋 牛乳	米、油、かぼちゃ さつま芋、さとう 黒ごま	鮭 味噌 牛乳	キャベツ、しめじ、刻みのり 玉ねぎ、りんご	塩、みりん、しょう油 出汁
21	土	ごはん カレー肉じゃが ほうれん草のおかか和え 味噌汁(なめこ・玉ねぎ) りんご	黒糖蒸しパン 牛乳	米、じゃが芋、さとう ホットケーキミックス 黒糖	豚小間肉 花鰹 味噌 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、しらたき ほうれん草、もやし、なめこ りんご	料理酒、しょう油 カレー粉、出汁
22	日						
23	月	野菜うどん たらのごま味噌焼き マセドアンサラダ りんご	ケチャップライス 牛乳	うどん、油、さとう ごま、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ 米	豚小間肉、たら 味噌、鶏ひき肉 牛乳	キャベツ、にんじん、もやし きゅうり、りんご、たまねぎ ピーマン	出汁、塩、しょう油 みりん、ケチャップ コンソメ
24	火	ごはん 鶏肉のつくね焼き ほうれん草の海苔和え 味噌汁(大根・油揚げ) でこぼん	ミートペンネ 牛乳	米、パン粉、油 さとう、マカロニ	鶏ひき肉、豚ひき肉 味噌 油揚げ 牛乳	にんじん、玉ねぎ 白菜、大根、でこぼん トマト缶、パセリ、ほうれん草 刻み海苔	塩、しょう油、みりん 出汁、コンソメ
25	水	ジャムパン ポテトグラタン ツナサラダ 豆乳スープ りんご	鮭チャーハン 牛乳	食パン、油、じゃが芋 小麦粉 米、ごま いちごジャム	豚ひき肉 ピザ用チーズ、ツナ缶 豆乳 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	たまねぎ、パセリ きゅうり、キャベツ、にんじん りんご、ねぎ クリームコーン	酢、しょう油 コンソメ、塩 ケチャップ
26	木	ごはん レバーの竜田揚げ 切干し大根の煮物 清汁(麩・ほうれん草) りんご	黒糖トースト 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、麩、食パン 黒糖、バター	豚レバー 油揚げ 牛乳	切干し大根、にんじん ほうれん草、りんご しょうが	しょう油 みりん、出汁 塩
27	金	ごはん 生揚げのカレー炒め シルバーサラダ 味噌汁(玉ねぎ・なす) りんご	クッキー 牛乳	米、油 春雨 エッグケアマヨネーズ 小麦粉、さとう	厚揚げ、豚小間肉 味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ ピーマン、きゅうり、コーン なす、りんご	塩、カレー粉、しょう油 出汁
28	土	ごはん 鶏肉の照りマヨ焼き ひじきのナムル 中華スープ りんご	スコーン 牛乳	米、さとう、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 油、ごま、ごま油 小麦粉 いちごジャム	鶏もも肉 絹豆腐 牛乳	もやし、ひじき、にんじん きゅうり、たまねぎ、しょうが りんご	しょう油、みりん 料理酒 中華だし、塩 ベーキングパウダー
29	日						
30	月	ごはん 麻婆豆腐 じゃこサラダ 大根スープ りんご	揚げパン 牛乳	米、ごま油、さとう 片栗粉、バターロール 油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 味噌、ちりめん きなこ 牛乳	にんじん、ねぎ、にら キャベツ、小松菜、きゅうり 大根、たまねぎ、りんご	しょう油、酢 塩、中華だし
31	火	ポークカレー コールスロー りんご	焼きそば 牛乳	米、じゃが芋 油、小麦粉、さとう エッグケアマヨネーズ 焼きそばめん カレールー	豚小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、キャベツ、りんご 青のり、もやし	コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース、酢

