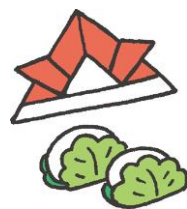




## 5 月 献 立 表



5月の献立のテーマは「ともだちと食事を楽しもう」です

今月の旬の食材は・・・アスパラガス・スナップえんどう・そら豆・たまねぎなど

| 日  | 曜 | 献 立 表                                               | 午後のおやつ     |
|----|---|-----------------------------------------------------|------------|
| 1  | 木 | 若鶏の中華風炒め・塩もみきゅうり・柑橘類                                | こいのぼりケーキ   |
| 2  | 金 | 豚肉のソース煮・茹きゃべツ・にんじんしりしり・柑橘類                          | 米粉のガトーショコラ |
| 7  | 水 | 肉うどん・かえりの佃煮・柑橘類                                     | 黄な粉ラスク     |
| 8  | 木 | 焼魚・五目きんぴら・茹スナップえんどう・バナナ                             | コーンピラフ     |
| 9  | 金 | カレー・きゃべツの即席漬・柑橘類                                    | グレープゼリー    |
| 10 | 土 | 肉じゃが・ごまきゅうり・バナナ                                     | 市販お菓子      |
| 12 | 月 | 魚のチーズ焼き・和風サラダ・にんじんの甘煮・柑橘類                           | ほうれん草クッキー  |
| 13 | 火 | ひじきのオムレツ・茹きゃべツ・ケチャップ炒め・バナナ                          | ヨーグルトムース   |
| 14 | 水 | タンドリーチキン・短冊サラダ・粉ふきいも・柑橘類                            | 梅ごはん       |
| 15 | 木 | 焼きそば・茹グリーンアスパラ・パインアップル                              | みたらしポテト    |
| 16 | 金 | <b>お楽しみ献立 ※ご飯はいりません</b><br>アスパラごはん・魚のから揚げ・野菜サラダ・柑橘類 | マカロニ安倍川風   |
| 17 | 土 | 焼豆腐の含め煮・小松菜の浸し・バナナ                                  | 市販お菓子      |
| 19 | 月 | ムニエル・しらすと小松菜の和えもの・じゃがいもの煮付・柑橘類                      | バナナサンド     |
| 20 | 火 | ハンバーグステーキ・コーンとチンゲン菜の炒めもの・にんじんグラッセ・バナナ               | 豆乳くずもち     |
| 21 | 水 | アスパラとベーコンのクリームパスタ・茹スナップえんどう・柑橘類                     | おかかおにぎり    |
| 22 | 木 | 魚の味噌マヨネーズ焼・小松菜とひじきの和えもの・にんじんの甘煮・柑橘類                 | 黄な粉ボール     |
| 23 | 金 | 豆腐のまり揚げ・ごま酢あえ・粉ふきいも・パインアップル                         | マドレーヌ      |
| 24 | 土 | 鶏肉のいなか煮・スティックきゅうり・バナナ                               | 市販お菓子      |
| 26 | 月 | さばのソース煮・茹野菜・じゃがいものきんぴら・柑橘類                          | 人参ケーキ      |
| 27 | 火 | 豚肉とパインアップルのケチャップがらめ・きゃべツの浸し・バナナ                     | 誕生日ケーキ     |
| 28 | 水 | プルコギ・塩もみきゅうり・柑橘類                                    | メロンパン      |
| 29 | 木 | 五目煮・きゅうりの即席漬・バナナ                                    | ゼリー        |
| 30 | 金 | レバーチップ・ジャコサラダ・粉ふきいも・柑橘類 ※ご飯はいりません                   | ウインナーパイ    |
| 31 | 土 | 高野豆腐の卵とじ・小松菜のごまあえ・バナナ                               | 市販お菓子      |



## 5月離乳献立表



| 日  | 曜 | 献立表                  |
|----|---|----------------------|
| 1  | 木 | チキンスープ・茹きゅうり・柑橘類     |
| 2  | 金 | ミートスープ・茹キャベツ・柑橘類     |
| 7  | 水 | 煮込みうどん・かえりのふりかけ・柑橘類  |
| 8  | 木 | 煮魚・茹スナップえんどう・バナナ     |
| 9  | 金 | 野菜と牛肉の柔らか煮・茹キャベツ・柑橘類 |
| 10 | 土 | ミートスープ・茹きゅうり・バナナ     |
| 12 | 月 | 白身魚のスープ・茹野菜・柑橘類      |
| 13 | 火 | 野菜スープ・茹キャベツ・バナナ      |
| 14 | 水 | チキンスープ・茹ポテト・柑橘類      |
| 15 | 木 | 煮込みそば・茹グリーンアスパラ・果物   |
| 16 | 金 | 煮魚・茹野菜・柑橘類           |
| 17 | 土 | 豆腐のスープ・茹小松菜・バナナ      |
| 19 | 月 | 煮魚・茹小松菜・柑橘類          |
| 20 | 火 | そばろスープ・茹チンゲン菜・バナナ    |
| 21 | 水 | 煮込みパスタ・茹スナップえんどう・柑橘類 |
| 22 | 木 | 白身魚と野菜のスープ・茹野菜・柑橘類   |
| 23 | 金 | 豆腐のスープ・茹野菜・果物        |
| 24 | 土 | チキンスープ・茹きゅうり・バナナ     |
| 26 | 月 | 白身魚と野菜の煮つけ・茹野菜・      |
| 27 | 火 | 豚肉と野菜の柔らか煮・茹キャベツ・バナナ |
| 28 | 水 | ミートスープ・茹きゅうり・柑橘類     |
| 29 | 木 | ミートスープ・茹野菜・バナナ       |
| 30 | 金 | 野菜スープ・茹野菜・柑橘類        |
| 31 | 土 | チキンスープ・茹小松菜・バナナ      |

