



# 5月の献立



浮田とちのみこども園 令和6年5月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	水	牛乳 ねりねり はったい 粉	ごはん さけのごまみそ焼き 千草あえ お茶そうめん入りすまし汁	米 さけ、みそ、しょうゆ、白ごま、みりん、三温糖 油揚げ、小松菜、もやし、人参、きゅうり、かつお節、三温糖、しょうゆ 抹茶そうめん、えのきたけ、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうゆ、食塩、だし汁	牛乳 みかんゼリー オレンジジュース、寒天、 砂糖、みかん缶
2	木	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉のマヨパン粉焼き ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	米 鶏肉、ヨーグルト、粉チーズ、パン粉、ノンエッグマヨネーズ、パセリ キャベツ、人参、ブロッコリー、ツナ、りんご酢、しょうゆ、三温糖 玉ねぎ、じゃがいも、人参、えのきたけ、コンソメ、食塩	スキムミルク ゆかりおにぎり 米、ゆかり、ちりめん、白ごま
7	火	牛乳 菓子	中華おこわ風ご飯 ぶりの塩こうじ焼き キャベツのゆかりあえ みそ汁 よもぎ蒸しぱん	米、もち米、豚肉、干しいたけ、人参、たけのこ水煮、しょうゆ、 オイスターソース、三温糖、中華だし、ごま油 ぶり、塩麴、みりん キャベツ、人参、きゅうり、ゆかり、食塩 豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、みそ、だし汁 小麦粉、よもぎ、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、油	牛乳 わかめうどん うどん、油揚げ、玉ねぎ、 人参、わかめ、だしの素、 しょうゆ、みりん
8	水	牛乳 果物	ごはん 豚肉と厚揚げの中華炒め チンゲン菜のスープ フライドポテト	米 豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、ピーマン、人参、きくらげ、ごま油、しょうゆ、 オイスターソース、三温糖、食塩、片栗粉 ベーコン、玉ねぎ、チンゲン菜、人参、えのきたけ、中華だし、食塩 じゃがいも、油、食塩	スキムミルク ジャムパイ パイシート、牛乳、 いちごジャム、グラニュー糖
9	木	牛乳 菓子	グリーンピースのバターピラフ 鶏肉の塩から揚げ キャベツのパインサラダ オニオンスープ	米、バター、グリーンピース、ハム、食塩 鶏肉、食塩、生姜、ごま油、片栗粉、揚げ油 キャベツ、きゅうり、人参、パイン缶、りんご酢、食塩、三温糖、油 ベーコン、玉ねぎ、コンソメ、食塩、パセリ	ミロ 黒糖クッキー 小麦粉、バター、黒糖、豆乳
10	金	ミロ ふうラスク	ごはん 肉じゃが ひじきとちりめんのサラダ フルーツヨーグルト	米 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、いんげん、しょうゆ、 みりん、三温糖 ちりめん、春雨、人参、小松菜、もやし、ひじき、三温糖、しょうゆ、 りんご酢 ヨーグルト、バナナ、パイン缶、みかん缶、砂糖	スキムミルク ツナサンド 食パン、ツナ、きゅうり、 ノンエッグマヨネーズ
11	土	お茶 菓子	ミートスパゲティ にんじんサラダ りんごゼリー	スパゲティ、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、エリンギ、しめじ、トマト缶、 ケチャップ、ウスターソース、三温糖、粉チーズ、油 人参、もやし、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ、りんご酢、三温糖、食塩 りんごジュース、寒天、三温糖	お茶 菓子
13	月	牛乳 菓子	ごはん 白身魚の竜田揚げ 五色あえ 豆乳汁	米 ホキ、生姜、しょうゆ、片栗粉、油 キャベツ、もやし、小松菜、人参、とうもろこし、しょうゆ、三温糖 厚揚げ、玉ねぎ、人参、しめじ、ねぎ、豆乳、みそ、だし汁	牛乳 ココアパンケーキ 小麦粉、ホットケーキ粉、 ベーキングパウダー、ココア、 三温糖、豆乳
14	火	牛乳 ねりねり はったい 粉	カレーライス ココロサラダ 果物（オレンジ）	米、豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、油、カレールウ チーズ、ハム、かぼちゃ、きゅうり、人参、りんご酢、食塩、三温糖、油 オレンジ	スキムミルク 磯辺もち 豆腐、白玉粉、油、しょうゆ、 三温糖、焼きのり
15	水	牛乳 果物	ごはん 鶏肉の中華風照り焼き 小松菜のナムル 中華スープ	米 鶏肉、オイスターソース、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま油 小松菜、きゅうり、人参、中華だし、ごま油、しょうゆ、白ごま 玉ねぎ、人参、えのきたけ、小松菜、中華だし	スキムミルク 菓子・チーズ
16	木	牛乳 菓子	パン(2上)／ごはん(3末) クリームシチュー フレンチサラダ 果物（バナナ）	コッペパン/米 鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、とうもろこし、シチュールウ、牛乳 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、油、三温糖、りんご酢、食塩 バナナ	スキムミルク さばみそおにぎり 米、さば、三温糖、しょうゆ、 みりん、みそ
17	金	牛乳 ねりねり はったい 粉	ごはん 千草焼き じゃがいものきんぴら 豆腐のみそ汁	米 卵、鶏ひき肉、人参、たけのこ水煮、玉ねぎ、ほうれん草、三温糖、しょうゆ さつま揚げ、じゃがいも、人参、糸こんにゃく、さやえんどう、三温糖、 しょうゆ、だし汁、油 絹豆腐、玉ねぎ、人参、わかめ、米みそ、だし汁	スキムミルク アメリカンドッグ ホットケーキ粉、絹豆腐、 三温糖、魚肉ソーセージ、油、 ケチャップ
18	土	お茶 菓子	きつねうどん 小松菜の塩昆布あえ 果物（バナナ）	うどん、鶏肉、油揚げ、人参、玉ねぎ、わかめ、しょうゆ、みりん、だし汁 小松菜、人参、ちりめん、塩昆布 バナナ	お茶 菓子

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
20	月	牛乳菓子	ビピンバ丼 春雨サラダ たまごスープ	米、豚ひき肉、もやし、人参、にら、白ごま、みそ、しょうゆ、三温糖、ごま油 ハム、春雨、人参、きゅうり、すし酢、しょうゆ、ごま油 卵、玉ねぎ、人参、わかめ、中華だし、食塩	スキムミルク ポテトチーズもち チーズ、じゃがいも、食塩、三温糖、片栗粉、豆乳、油
21	火	牛乳ねりねりはったい粉	ごはん 揚げ出し豆腐 人参ごまサラダ 豚汁	米 豆腐、大根、ねぎ、だし汁、しょうゆ、食塩、油 人参、きゅうり、ツナ、白ごま、ノンエッグマヨネーズ、りんご酢、三温糖 豚肉、糸こんにゃく、ごぼう、玉ねぎ、人参、ごま油、みそ、だし汁	スキムミルク バタークッキー 小麦粉、バター、三温糖、豆乳
22	水	牛乳果物	ごはん のりしおチキン スパゲティサラダ きのこスープ	米 鶏肉、バター、青のり、食塩 スパゲティ、ハム、きゅうり、人参、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ、人参、えのきたけ、エリンギ、しめじ、コンソメ、食塩	牛乳 きんぴらおにぎり 米、ごぼう、人参、しょうゆ、みりん、白ごま
23	木	牛乳菓子	ごはん 回鍋肉 中華スープ 果物（オレンジ）	米 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、みそ、しょうゆ、三温糖、中華だし ベーコン、豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、中華だし、食塩 オレンジ	スキムミルク ほうれん草のパンケーキ 小麦粉、ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、ほうれん草
24	金	牛乳ねりねりはったい粉	ごはん さばの梅煮 卵の花 麩のみそ汁	米 さば、生姜、梅干し、しょうゆ、三温糖、みりん おから、ちくわ、人参、糸こんにゃく、干しいたけ、枝豆、しょうゆ、三温糖、だし汁、油 おつゆ麩、玉ねぎ、人参、えのきたけ、わかめ、みそ、だし汁	ミロ キーマカレーパイ ぎょうざの皮、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、カレー粉、食塩、油
25	土	お茶菓子	豚丼 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁	米、豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ねぎ、しょうゆ、三温糖、みりん きゅうり、人参、わかめ、三温糖、酢、しょうゆ、食塩 油揚げ、玉ねぎ、人参、えのきたけ、みそ、だし汁	お茶菓子
27	月	牛乳菓子	わかめごはん 筑前煮 もやしと人参の塩昆布あえ 果物（バナナ）	米、炊き込みわかめ、白ごま 鶏肉、じゃがいも、れんこん、ごぼう、人参、たけのこ水煮、枝豆、しょうゆ、三温糖、みりん、油 もやし、人参、豆苗、塩こんぶ、ごま油、白ごま バナナ	スキムミルク のりじゃこトースト 食パン、ちりめん、青のり、ノンエッグマヨネーズ
28	火	牛乳ねりねりはったい粉	ごはん コロッケ 青菜のしらすあえ 厚揚げのみそ汁	米 鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、食塩、小麦粉、パン粉、油 小松菜、もやし、人参、とうもろこし、ちりめん、しょうゆ 厚揚げ、玉ねぎ、人参、わかめ、みそ、だし汁	牛乳 2色ゼリー カルピス、ぶどうジュース、寒天、三温糖
29	水	牛乳菓子	和風スパゲティ コールスローサラダ フルーツポンチ	スパゲティ、ベーコン、玉ねぎ、人参、しめじ、小松菜、焼きのり、だしの素、しょうゆ、食塩、みりん、ごま油 キャベツ、きゅうり、人参、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ、りんご酢、三温糖、食塩 バナナ、みかん缶、パイン缶、白桃缶	スキムミルク とりそぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、三温糖、しょうゆ、みりん
30	木	牛乳果物	ごはん 鶏肉のカレーしょうゆ焼き 豆苗とちくわのマヨネーズあえ 油揚げのみそ汁	米 鶏肉、しょうゆ、三温糖、みりん、カレー粉 ちくわ、豆苗、キャベツ、人参、ノンエッグマヨネーズ 油揚げ、玉ねぎ、人参、わかめ、みそ、だし汁	スキムミルク きなこクリームサンド 食パン、バター、きなこ、グラニュー糖
31	金	牛乳菓子	納豆丼 青菜のおかかあえ わかめスープ	米、豚ひき肉、ひきわり納豆、人参、玉ねぎ、とうもろこし、ねぎ、油、三温糖、しょうゆ、みそ、食塩、片栗粉 もやし、小松菜、人参、かつお節、しょうゆ 豆腐、玉ねぎ、人参、わかめ、中華だし、食塩	牛乳菓子・チーズ

※行事・材料などの都合により内容が変更になることがあります。

## ふらスク

10日 スキンシップデーで提供する朝おやつのレシピを紹介します！

材料（作りやすい分量）

- ・おつゆ麩 40g
- ・バター 40g
- ・牛乳 20g
- ・砂糖 45g

- 1.おつゆ麩以外の材料を鍋に入れ、火にかける。
  - 2.バターと砂糖が溶けたら火からおろし、おつゆ麩に絡める。
  - 3.170℃のオーブンで10分ほど焼き、きつね色になったら完成。
- ☆トースターでも同じように作れます。（温度と焼き時間は調整してください。）

