






日	曜日	献立名	材料名	おやつ
2	月	ミートスパゲティ	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン トマト セロリ	牛乳
		フルーツサラダ	りんご みかん キャベツ きゅうり	おかかおにぎり
		レタススープ	レタス 玉ねぎ えのきたけ 豆腐	
		くだもの	オレンジ	
6	金	チキンカレー	精白米 もちきび 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参	麦茶
		カラフル野菜サラダ	ブロッコリー 大根 人参 白ごま	昆布おにぎり
		きのこスープ	えのきたけ しめじ 玉ねぎ 油揚げ	
		プリン	プリン	
7	土	鶏肉の照り焼き丼	精白米 鶏肉 人参 さやいんげん のり	油味噌おにぎり
		オクラのスープ	オクラ えのきたけ ワカメ	
		くだもの	バナナ	
		ハヤシライス	精白米 麦 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース トマト	牛乳
9	月	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 人参 コーン	かぼちゃスコーン
		卵とニラのスープ	卵 玉ねぎ もやし ニラ	
		くだもの	グレープフルーツ	
		ゆかりごはん	精白米 ゆかり	牛乳
10	火	ハチマのみそ煮	ハチマ 豚肉 豆腐 玉ねぎ ニラ	マカロニきな粉
		ひじきサラダ	ひじき キャベツ 人参 枝豆 ツナ	
		そうめん汁	手延そうめん 椎茸 青ねぎ	
		くだもの	バナナ	
11	水	みそ煮込みうどん	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草	牛乳
		さつま芋天ぷら	さつま芋 卵	ツナカレーおにぎり
		ゆかり和え	大根 きゅうり しらす ゆかり りんご	
		くだもの	りんご	
12	木	麦ごはん	精白米 麦	牛乳
		ホイコーロー	豚肉 キャベツ 玉ねぎ	ぶどうゼリー
		バイクドポテト	じゃが芋 青のり	チーズ
		もずくスープ	もずく 豆腐 卵 人参	
13	金	くだもの	バナナ	
		ロールパン	ロールパン	牛乳
		ハンバーグ	豚肉 豆腐 玉ねぎ	小松菜おにぎり
		ほうれん草ソテー	ほうれん草 人参 コーン しめじ	
14	土	ミネストローネ	豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 セロリ トマト	
		くだもの	オレンジ	
		もずく丼	精白米 もちきび もずく 豚肉 ピーマン 赤ピーマン コーン	きな粉蒸しパン
		みそ汁	白菜 長ねぎ ワカメ	
16	月	くだもの	バナナ	
		あわごはん	精白米 もちきび	牛乳
		野菜たっぷりマーボー	豆腐 豚肉 玉ねぎ なす トマト ピーマン	ホットケーキ
		春雨サラダ	春雨 きゅうり もやし コーン ツナ	
17	火	韓国風たまごスープ	大根 人参 きくらげ 長ねぎ 卵	
		くだもの	りんご	
		わかめごはん	精白米 ワカメ 白ごま	牛乳
		豆腐ナゲット	豆腐 鶏肉 玉ねぎ 赤ピーマン ひじき 青ねぎ	ココアクッキー
18	水	温サラダ	ブロッコリー キャベツ コーン	
		鶏と野菜の豆乳スープ	鶏ささみ かぼちゃ 白菜 玉ねぎ えのきたけ 豆乳	鮭わかめチーズおにぎり
		くだもの	オレンジ	
		カレーソーススパゲッティ	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ ミックスベジタブル	牛乳

日	曜日	献立名	材料名	おやつ
19	木	青のりごはん	精白米 青のり	牛乳
		マグロの竜田揚げ	まぐろ 卵	ヨーグルトケーキ
		栄養さんびら	豚肉 ごぼう 人参 ピーマン 糸 こんにゃく	
		なすのみそ汁	なす 豆腐 玉ねぎ 青ねぎ	
20	金	くだもの	バナナ	
		麦ごはん	精白米 麦	牛乳
		チキン南蛮タルタルソース	鶏肉 玉ねぎ パセリ	コーンフレークおこし
		水菜とツナのスパゲティサラダ	水菜 ツナ コーン スパゲティ	
21	土	パンパキンスープ	かぼちゃ 玉ねぎ パセリ	
		くだもの	りんご	
		焼きそば	沖縄そば 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし キャベツ 青ねぎ	豆乳プリン
		ワカメスープ	ワカメ 長ねぎ 白ごま	ブルーン
23	月	くだもの	バナナ	
		ゆかりごはん	精白米 ゆかり	牛乳
		冬瓜ブシュー	豚肉 冬瓜 人参 豆腐 小松菜	どら焼き
		ごぼうサラダ	ごぼう 人参 きゅうり コーン 枝豆 ツナ	
24	火	魚ともずくのスープ	もずく 白菜 白身魚	
		くだもの	オレンジ	
		あわごはん	精白米 もちきび	牛乳
		チキンチャップ	鶏肉 玉ねぎ	ココアプリン
25	水	キャベツとパプリカのツナ炒め	キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン ツナ	
		中華風コーンスープ	コーンクリーム 椎茸 人参 卵 長ねぎ	
		くだもの	グレープフルーツ	
		沖縄そば	沖縄そば 豚三枚肉 かまぼこ 刻み昆布 青ねぎ	牛乳
26	木	キャベツおかか和え	キャベツ 人参 かつお節	梅しらすおにぎり
		くだもの	りんご	
		青のりごはん	精白米 青のり	牛乳
		鶏肉のおろし煮	鶏肉 大根	蒸し芋
27	金	チンゲン菜中華和え	チンゲン菜 人参 コーン	
		アーサー入りゆし豆腐	ゆし豆腐 アーサー	
		くだもの	バナナ	
		黒米ごはん	精白米 黒米	牛乳
28	土	白身魚のムニエル	白身魚 パセリ	りんごジュース
		クレープイリチー	刻み昆布 切干し大根 カスター ラかまぼこ 豚肉 切こんにゃく 干しいたけ	キャロットマフィン
		かわ汁	鶏肉 冬瓜 人参 長ねぎ チンゲン菜 干しいたけ	
		くだもの	オレンジ	
30	月	豚丼	精白米 豚肉 人参 玉ねぎ ほうれん草	いも寒天
		みそ汁	白菜 長ねぎ ワカメ	
		くだもの	バナナ	
		きのこの炊き込みご飯	精白米 舞茸 人参 ひじき ツナ	牛乳
31	火	さわらのみそ焼き	さわら	大学芋
		人参とコーンのサラダ	人参 コーン 玉ねぎ ツナ	
		すまし汁	たけのこ えのきたけ 青ねぎ	
		くだもの	りんご	
5月5日	水	あわごはん 納豆	精白米 もちきび 納豆	牛乳
		ゴーヤーチャンプルー	ゴーヤー 人参 豚肉 豆腐 卵 玉ねぎ	シークァーサーゼリー
		かぼちゃとレーズンサラダ	かぼちゃ レーズン	
		冬瓜のみそ汁	えのきたけ 青ねぎ	
くだもの	オレンジ			

5月5日はこどもの日「端午の節句」

子どもたちみんなが元気に育ち、
大きくなったことをお祝いしましょう♪

※ アレルギー確認のため、毎月の献立表をチェックして、お子さんが食べたことのない食材（特にタンパク質食品）があれば、まずご家庭で食べさせてみて、様子を確認していただくようお願いいたします。（材料、献立は、都合により変更することがあります。）