



5がつのこんだて

令和5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	どようび	にちようび		
1 ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き ほうれん草の白和え めかぶの味噌汁 マーラーカオ 牛乳	2 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 牛乳	3 あんかけ焼きそば 海藻サラダ きのこスープ 豚肉と 生姜味ごはん 豆乳	4 ごはん 豚の照りマヨ 生姜焼き キャベツの塩昆布和え 白玉麩のすまし汁 マシュマロフレーク 豆乳	5 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 豆乳	6 ごはん 梅つくね ブロッコリーのごまよごし 玉ねぎの味噌汁 レーズン蒸しパン 豆乳	7 焼きビーフン 新じゃがのそぼろ煮 わかめの中華スープ たけのこごはん 豆乳		
8 ごはん スタミナ豆腐 長いもサラダ さつま芋の味噌汁 梅パウンドケーキ 牛乳	9 ごはん 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	10 トマトハヤシライス ひじきのマヨサラダ コンソメスープ 豆乳もち 牛乳	11 ロールパン チキンビーンズ スナップエンドウの 塩麩サラダ カレースープ カルシウムおにぎり 牛乳	12 ごはん チンジャオロース 彩り野菜のかつお和え 鶏そぼろの味噌汁 レーズンクッキー 牛乳	13 春キャベツと トマトのスパゲティ 野菜スティック 具だくさんポークスープ 中華おこわ 豆乳	14 ごはん ガーリックチキン ごぼうサラダ 麩の味噌汁 にんじんスコーン 豆乳		
15 ごはん 豚肉の生姜焼き 切干大根サラダ 豆苗コンソメスープ フライドポテト 牛乳	16 親子丼 たけのこの土佐和え 新じゃがのすまし汁 甘辛じゃこ大豆 牛乳	17 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	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 タコライス きゅうりの即席漬け 鮭ポテトスープ 玉ねぎチヂミ 牛乳	20 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	21 ごはん 鶏のトマト煮 きゅうりのおかか和え そうめん汁 ピーチホットケーキ 豆乳		
22 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	23 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	24 肉味噌ラーメン 小松菜のごま和え 長いも梅ごはん 牛乳	25 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	26 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	27 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	28 ごはん カレー肉じゃが バンサンスウ 昆布の味噌汁 ツナマヨクラッカー 豆乳		
29 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	30 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 のりのすまし汁 ソルトクッキー 牛乳	31 チキンカレーライス 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						

○ 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。
ご了承くださいませよう、よろしく願います。