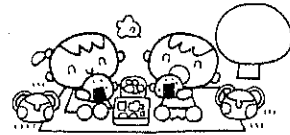


5月献立表



2019年05月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 <small>(〇はおやつ材料)</small>		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	即位の日				
2 木	国民の休日				
3 金	憲法記念日				
4 土	みどりの日				
6 月	振替休日				
7 火	カレーライス ウィンナー ナムル 黄桃缶	保育乳 ホットケーキ	保育乳、豚肉、ウィンナー、〇調製 豆乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、 〇油、砂糖、ごま油	〇バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅ り、ピーマン、切り干しだいこん、 ひじき
8 水	あわごはん 鶏肉の照り焼き 春雨チャンプルー わかめスープ	保育乳 チーズスコーン オレンジ	保育乳、鶏もも肉、〇プレーンヨー グルト、豚肉、油揚げ、〇卵、〇きな 粉	米、〇強力粉、〇無塩バター、〇三 温糖、はるさめ、あわ、砂糖、油	〇オレンジ、たまねぎ、ごまつな、 キャベツ、えのきたけ、にんじん、 しょうが、カットわかめ
9 木	ごはん 豆腐含め煮 キャベツ炒め じゃが芋みそ汁	保育乳 バナナケーキ パン缶	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏むぎ 肉、みそ、ちくわ、〇ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇さつまいも、〇小 麦粉、〇揚げ油、片栗粉、砂糖、す りごま	〇パン缶、キャベツ、にんじん、し めじ、ごまつな、〇コーン缶、〇にん じん、〇ゴーヤ
10 金	麦ごはん 昆布納豆 切干大根と豚肉の炒め物 鶏と青菜みそ汁	保育乳 野菜かき揚げ 黄桃	保育乳、挽きわり納豆、鶏もも肉、 豚肉、〇卵、みそ、〇牛乳、油揚げ	米、〇ホットケーキ粉、〇無塩バ ター、押麦、〇砂糖	〇もも缶、〇バナナ、もやし、にんじん、 ごまつな、コーン缶、ピーマン、切り干し だいこん、黒きくらげ、塩こんぶ
11 土	スパゲティミートソース バナナ きのこスープ	保育乳 みそおにぎり	豚肉	スパゲティ、砂糖	バナナ、たまねぎ、トマト水煮缶、に んじん、えのきたけ、ピーマン
13 月	あわごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ ポテトスープ オレンジ	保育乳 黒糖アガラサー	保育乳、豚肉、ツナ油漬缶、〇しら す干し、みそ	〇米、米、じゃがいも、サラダ用スパ ゲティ、あわ、油、砂糖、〇砂糖、 〇白ごま	たまねぎ、にんじん、なす、ごまつ な、きゅうり、ピーマン、カットわかめ
14 火	ごはん 鶏のマーナレード焼き 青菜ソテー 豆腐スープ	保育乳 フレンチトースト バナナ	保育乳、鶏手羽肉、沖繩豆腐、豚 肉、〇調製豆乳、〇卵	米、〇ホットケーキ粉、〇さつまい も、〇油、〇三温糖、すりごま	〇バナナ、にんじん、もやし、ごまつな、 えのきたけ、たけのこ(ゆで)、マーマ レード、ねぎ、干しいたけ、カットわか め
15 水	ごはん 魚のコーン焼き キャベツのおかか炒め 豚肉と青菜スープ	保育乳 チョコスコーン パン缶	保育乳、白身魚(キング)、〇調製 豆乳、豚肉	米、〇小麦粉、〇油、〇三温糖、小 麦粉、揚げ油、〇ライ麦粉、油	キャベツ、〇パン缶、にんじん、ご まつな、クリームコーン缶、えのきた け、ピーマン、〇レーズン、ひじき
16 木	沖縄そば ごま和え オレンジ	保育乳 青菜シラスおにぎり	保育乳、三枚肉、かまぼこ、〇しら す干し	沖縄そば、〇米、砂糖、すりごま、〇 白ごま	オレンジ、もやし、にんじん、ごまつ な、〇大根葉ふりかけ、ねぎ
17 金	☆ お弁当会 ☆				
18 土	ぞうすい チキンから揚げ バナナ	保育乳 菓子パン	豚肉、みそ	米、じゃがいも	にんじん、ごぼう、ねぎ、わかめふり かけ
20 月	ごはん 肉じゃが ブロッコリーごま和え わかめみそ汁 黄桃缶	保育乳 ミートサンド	保育乳、豚肉、〇豚ひき肉、みそ	米、〇ロールパン、じゃがいも、すり ごま、〇三温糖	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、〇に んじん、えのきたけ、〇たまねぎ、グリン ピース、ねぎ、カットわかめ
21 火	麦ごはん 鶏と豆腐の甘辛煮 大根の和え物 キャベツスープ	保育乳 芋てんぷら オレンジ	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、油揚げ	〇さつまいも、米、〇小麦粉、〇揚 げ油、押麦、油、砂糖	〇オレンジ、キャベツ、にんじん、た まねぎ、えのきたけ、きゅうり、生し いたけ、切り干しだいこん、ひじき
22 水	ごはん 松風焼き 青菜ソテー 卵スープ パン缶	保育乳 ヒラヤーチー	保育乳、豚肉、豚ひき肉、〇卵、 卵、〇牛乳	米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、〇三 温糖、〇無塩バター、〇生クリーム、パ ン粉、砂糖、すりごま、油、〇砂糖	にんじん、たまねぎ、ごまつな、コー ン缶、〇キャベツ、生しいたけ、〇にんじん、 ピーマン、ねぎ、グリンピース
23 木	ピピンバ 春雨野菜スープ オレンジ	保育乳 はちみつレモンケーキ	保育乳、豚肉、卵、〇調製豆乳、〇 しらす干し、みそ	米、〇小麦粉、油、はるさめ(緑豆)、 〇油、ごま油、白ごま、砂糖	〇もも缶、オレンジ、ごまつな、にんじん、 もやし、キャベツ、生しいたけ、〇にんじん、 ねぎ、〇にら、〇切り干しだいこん、にんにく、 しょうが
24 金	カレーうどん バナナ おかか和え	保育乳 ジュースおにぎり	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、〇 豚肉	ゆでうどん、〇米、片栗粉、揚げ油	たまねぎ、にんじん、もやし、ごまつ な、ピーマン、〇にんじん、しめじ、 〇ねぎ、〇黒きくらげ
25 土	マーボー豆腐どんぶり オレンジ 青菜スープ	保育乳 チョコサンド	沖繩豆腐、豚ひき肉、みそ	米、油	オレンジ、長ねぎ、にんじん、干しし いたけ、にんにく
27 月	ごはん 白身魚フライ キャベツのおかか炒め わかめスープ	保育乳 クッキー パン缶	保育乳、さけ、〇卵、みそ、〇牛乳	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇砂 糖、マヨネーズ、〇コーンフレーク、 すりごま、油	キャベツ、〇パン缶、にんじん、ご まつな、えのきたけ、ピーマン、たま ねぎ、〇レーズン、ひじき
28 火	あわごはん 厚揚げみそ煮 ごま和え 大根スープ りんご	保育乳 ポップコーン せんべい	保育乳、豚肉、厚揚げ、〇豚肉、大 豆水煮、みそ	〇ゆで中華めん、米、あわ、〇油、 油、すりごま、砂糖	にんじん、たまねぎ、だいこん、もや し、〇たまねぎ、ごまつな、〇赤ピー マン、〇にら、カットわかめ
29 水	親子どんぶり 大根の昆布和え オレンジ 麩のすまし汁	保育乳 ツナトースト	保育乳、卵、鶏もも肉、〇ツナ油漬 缶	米、〇食パン、〇マヨネーズ、片栗 粉	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、 きゅうり、〇コーン缶、〇赤ピーマン、〇黄 ピーマン、グリンピース、〇ピーマン、干しし いたけ、塩こんぶ
30 木	麦ごはん おかか納豆 野菜炒め 鶏と野菜みそ汁 黄桃缶	プリン ビスケット	保育乳、挽きわり納豆、鶏もも肉、 沖繩豆腐、豚肉、みそ	米、〇さつまいも、〇白玉粉、〇さつ まいもでん粉、〇揚げ油、〇砂糖、 油、押麦	〇もも缶、にんじん、キャベツ、たま ねぎ、だいこん、ピーマン、ねぎ
31 金	オムライス ウィンナー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ	アンパンマンジュース 誕生ケーキ	保育乳、三枚肉、かまぼこ、〇しら す干し	沖縄そば、〇米、砂糖、すりごま、〇 白ごま	オレンジ、もやし、にんじん、ごまつ な、〇大根葉ふりかけ、ねぎ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります