

令和6年5月 予定献立表

寺田保育園

日	曜	主食	副 食		お や つ		行事
			共	食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	水	ご飯	肉じゃが・きゅうりの梅肉和え・かきたま味噌汁		ヒロス	玄米スナック・りんご	
2	木	パン	こいのぼりパン・チキンカツ・スパサラダ・果物・スープ		カルシウムウエハース	こいのぼりバウム	子どもの日 行事食
3	金		憲法記念日				
4	土		みどりの日				
6	月		振替休日				
7	火	パン	鶏ももマーマレード・ビーフンサラダ・コーンスープ		オレンジ	フルーツヨーグルト	
8	水	ご飯	グリーンピースご飯・魚の竜田揚げ・キャベツのゆかり和え・味噌汁		くず練り	ミレービスケット・りんご	
9	木	パン	豆腐の照り焼きタルタル・チンゲン菜ソテー・ウインナースープ		大根スティック	コロコロボール	
10	金	ご飯	魚の南部焼き・もやしの和え物・里芋の味噌汁		じゃが芋ロースト	豆乳バナナケーキ	
11	土	パン	ミートソーススパゲティー・南瓜とチーズのサラダ・りんご		人参煮	枝豆・ソーセージ	
13	月	ご飯	魚のマヨ焼き・白菜の胡麻和え・豆腐の清汁		さつま芋ロースト	フルーツ白玉	
14	火	ご飯	焼き豚チャーハン・海老フライ・パリパリ麺サラダ・動物ポテト・果物・スープ		アスパラビスケット	ハートパイ	誕生会
15	水	パン	ハムエッグ・グリーンサラダ・春雨スープ		バナナ	鶏雑炊	
16	木	パン	鶏のから揚げ・干大根のサラダ・きのこスープ		チーズ	フルーチェ	
17	金	ご飯	ポパイカレー・マカロニサラダ・お麩の清汁		りんご	サラダせんべい・バナナ	
18	土	パン	かけそうめん・そら豆と竹輪の天ぷら・スライスきゅうり・オレンジ		ヨーグルト	バターコーン	
20	月	ご飯	魚のパン粉焼き・ブロッコリー和え・南瓜の味噌汁		ビスコ	お好み焼き	
21	火	パン	春野菜のキッシュ・ジャーマンポテト・もやしスープ		オレンジ	おかかチーズおにぎり	
22	水	ご飯	ユーリンチー・小松菜サラダ・ワカメスープ		大根煮	ゴマ豆腐	
23	木	パン	ポークビーンズ・野菜のハム巻き・りんご		ごぼうスティック	にんじんボンデケーキ	
24	金	ご飯	魚の味噌煮・キャベツのひじき和え・具たくさん清汁		バナナ	プレーンラッカー・オレンジ	
25	土	パン	肉うどん・さつま芋天・レタス・りんご		コーンフレーク	ピーチヨーグルト	バス遠足
27	月	ご飯	麻婆豆腐・きゅうりのナムル・中華スープ		人参煮	カルシウムラスク	
28	火	パン	照り焼きチキン・卵サラダ・野菜スープ		りんご	新じゃがフライ	
29	水	ご飯	魚フライ・ほうれん草ソテー・丸天の味噌汁		南瓜ロースト	きなこ蒸しパン	
30	木	パン	ミートボール・大根サラダ・ジュリアンスープ		ゆでブロッコリー	オレンジゼリー	
31	金	ご飯	カレーライス・レタスサラダ・フルーツヨーグルト		おにせん	野菜かりんとう・りんご	

※ 色付きの枠内のおやつは手作りです

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付きませ



旬の食材 そら豆

そら豆はさやが上を向いて空のほうをさすので「空豆」といわれています。
ミネラルやビタミン B₁・B₂ を多く含み、疲労回復を助ける作用などがあります。

