



令和7年度 5月

ひよこ組

日	月	火	水	木	金	土
	12・26	13・27	14・28	15・29	16・30	17・31
屋食	あじのチーズフライ 土佐和え みそ汁	鶏肉のごまみそ焼き ブロッコリーサラダ すまし汁	パン クリームシチュー きゃべつのレモンドレッシング	魚のポテト焼き ナムル スープ	豚肉のしょうが焼き ペイクドかぼちゃ みそ汁	ピラフ ミートグラタン スープ
おやつ	せんべい 牛乳 レモンビスケット	バナナ 牛乳 ブリッツ	かんぱん 牛乳 クレープ	りんご 牛乳 コーントースト	ハイハイ 2日 牛乳 16・30日 柏餅風 たいやき	せんべい 牛乳 ビスコ
	食材名	食材名	食材名	食材名	食材名	食材名
	g	g	g	g	g	g
	せんべい	バナナ	かんぱん	りんご	ハイハイ	せんべい
	米	米	強力粉	米	米	米
	あじ・塩	鶏肉	マーガリン	ほぎ・塩	豚肉・玉ねぎ	ウインナー
	こしょう	みそ	塩・さとう	じゃが芋	しょうが	玉ねぎ
	小麦粉	さとう	スキムミルク	牛乳	しょうゆ	人参
	卵・パン粉	みりん	牛乳	マーガリン	酒・さとう	コーン
	駒チーズ・油	ごま	じゃが芋・玉ねぎ	塩・青のり	みりん・油	バター
	きゃべつ	ブロッコリー	人参・鶏肉	もやし・きゅうり	かぼちゃ	マカロニ
	小松菜・人参	りんご	グリんピース	人参・ごま	ねぎ	じゃが芋
	花かつお	チーズ	コーン・スキムミルク	ごま油・しょうゆ	かぶ・油揚げ	ブロッコリー
	しょうゆ	ヨーグルト	バター・小麦粉	さとう・塩	ねぎ・みそ	パン粉
	昆布だし	マヨネーズ	コンソメ・牛乳	豆腐	かつおだし	粉チーズ
	麩・えのき	はんぺん	生クリーム	わかめ	牛乳	玉ねぎ
	わかめ・みそ	人参	きゃべつ・きゅうり	ねぎ	2日	含みき肉
	かつおだし	ねぎ	人参・レモン	鶏ガラ	小麦粉	トマトケチャップ
	牛乳	塩	さとう・しょうゆ	牛乳	白玉粉	油
	小麦粉	しょうゆ	牛乳	牛乳	さとう	きゃべつ
	ベーキングパウダー	昆布・かつおだし	小麦粉・卵	食パン	白あん	わかめ・ねぎ
	さとう	牛乳	牛乳・さとう	クリームコーン	牛乳	マギーブイオン
	油・卵	ブリッツ	バター・塩・卵	コーン	抹茶	牛乳
	塩・レモン		さとう・小麦粉	マヨネーズ	16・30日	ビスコ
			牛乳・バナナ	塩・バセリ	たいやき	

日	月	火	水	木	金	土
	19	20	7・21	8・22	9・23	10・24
屋食	揚げ鶏の甘酢漬け いんげんのごま和え みそ汁	スパニッシュオムレツ ジャーマンポテト スープ	魚の幽庵焼き 干切り煮 すまし汁	利休焼 きゃべつのツナ和え みそ汁	ハヤシライス パイナップル和え オレンジゼリー	豚肉の混ぜ寿し かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁
おやつ	バナナ 牛乳 人参蒸しパン	ハイハイ 牛乳 フルーツ杏仁	りんご 牛乳 クラッカーサンド	バナナ 牛乳 メロンパン	せんべい 牛乳 サッポロポテト	かんぱん 牛乳 ホームパイ
	食材名	食材名	食材名	食材名	食材名	食材名
	g	g	g	g	g	g
	バナナ	ハイハイ	りんご	バナナ	せんべい	かんぱん
	米	米	米	米	米	米
	鶏肉	含みき肉	さば	豚肉・ごま	含みき肉	米・酢
	しょうゆ	玉ねぎ・人参	しょうゆ	さとう・しょうゆ	じゃが芋	さとう・塩
	片栗粉	スパゲティ	みりん	玉ねぎ	人参	豚肉・大葉
	油・さとう	卵・さとう	酒・レモン	きゃべつ・ツナ	グリんピース	ごま・油
	しょうゆ・酢	トマトケチャップ	油	コーン・しょうゆ	ハヤシルウ	しょうが
	いんげん	油	切干大根	さとう・酢	油	しょうゆ
	人参・ごま	ウインナー	油揚げ	じゃが芋	バイン缶	かぼちゃ
	さとう	人参・ごま	かまぼこ	玉ねぎ	きゅうり	鶏ひき肉
	しょうゆ	玉ねぎ	しょうゆ	わかめ・みそ	オレンジジュース	ざらめ
	しょうゆ	じゃが芋	昆布・かつおだし	かつおだし	アガー	しょうゆ
	きゃべつ	バター	麩	牛乳	さとう	片栗粉
	しめじ	マギーブイオン	かまぼこ	3	80	昆布・かつおだし
	ねぎ	バセリ	ねぎ・塩	1.6・0.16		20
	みそ	もやし・人参	しょうゆ	0.8		24
	かつおだし	わかめ・コンソメ	昆布・かつおだし	120		12
	牛乳	牛乳	牛乳	80		0.24
	ホットケーキミックス	寒天・さとう	クラッカー	マーガリン	3	5
	卵・さとう	牛乳・さとう	生クリーム	さとう・卵	1.8・1.5	100
	油・牛乳	みかん缶・もも缶	さとう	小麦粉	6	
	人参	バイン缶・バナナ	きな粉	ベーキングパウダー	0.16	
				小麦粉・強力粉	2.4・10	
				さとう・塩	1.8・0.16	
				卵・スキムミルク	1.2・0.4	
				マーガリン	1.2	
				グラニュー糖	0.8	
						80



5月5日は『こどもの日』



『こどもの日』はもともと『端午の節句』の日で、1948年に「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日」として『こどもの日』が制定されました。一般的な祝い方は、五月人形を飾る・こいのぼりを飾る・菖蒲湯に入るが挙げられます。また、食べ物にはちまき・かしわもちが食べられ、それぞれ意味があります。

ちまき・・・ちまきに用いられる笹の葉は、清浄な心を象徴し、邪気を払う効果があるとも言われ、子供たちの健やかな成長や家族の幸福を願う気持ちが入められている。

かしわもち・・・柏の葉は、秋に枯れた葉が春の新芽が育つまで落ちることがないという特性があり、子供たちの健康と将来の繁栄を願う意味が入められている。



きゃべつのツナ和え(4人分)

材料: じゃべつー120g ツナー40g コーんー40g
酢ー小さじ1 しょうゆー大さじ1/2
さとうー小さじ1

作り方: ①じゃべつはひと口大に切り、耐熱容器に入れ、ラップをかけてレンジで食べやすい柔らかさになるまで加熱する。
②ボールに酢・さとう・しょうゆを入れ、よく混ぜる。
③②に冷めた①とコーン・ツナを加えて和えたら完成。