



5月の献立表

| | 10時おやつ | 献立名 | 材料名 | | | 3時のおやつ |
|-----------|----------------|---------------------------------|--------------|------------|----------------------------|----------------|
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 2 (月) | 麦茶 ウエハース | 肉じゃが 温野菜 おかゆ | 米・じゃが芋 | 豚肉 | 玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし | 麦茶 蒸しパン |
| 6 (金) | 麦茶 ボーロ | ハンバーグ いちご マカロニサラダ スープ おかゆ | 米・マカロニ | 豚挽肉 | 玉葱・人参・きゅうり もやし・わかめ・いちご | 麦茶 |
| 7 (土) | 麦茶 ハイハイン | スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶 | スパゲティ | 鶏肉 | 玉葱・人参・きゅうり | |
| 9 (月) | 麦茶 小魚せんべい | 煮込みうどん さつまいもの煮物 温野菜 | ゆでうどん・さつまい | 鶏肉 | 玉葱・人参・キャベツ かぶ・きゅうり | 麦茶 バナナ |
| 10 (火) | 麦茶 かぼちゃクッキー | 肉じゃが 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・じゃが芋・納豆・みそ | 豚肉 | 玉葱・人参・もやし きゅうり・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 11 (水) | 麦茶 マンナ | そばろ煮 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・じゃが芋・みそ | 豚挽肉 | 玉葱・人参・もやし きゅうり・大根 | 麦茶 お野菜せんべい |
| 12 (木) | 麦茶 リンゴ | 食パン 温野菜 野菜スープ | 食パン | 鶏肉 | 小松菜・キャベツ・きゅうり 玉葱・わかめ | 麦茶 おかががゆ |
| 13 (金) | 麦茶 ウエハース | 煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ | 米 | 豚挽肉 | 玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ | 麦茶 バナナ |
| 14 (土) | 麦茶 ハイハイン | スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶 | スパゲティ | 鶏肉 | 玉葱・人参・きゅうり | |
| 16 (月) | 麦茶 お野菜せんべい | 鶏肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ | 米・豆腐 | 鶏肉 | キャベツ・きゅうり・玉葱 人参・わかめ | 麦茶 ゼリー |
| 17 (火) | 麦茶 ゼリー | 煮込みうどん 温野菜 | ゆでうどん | しらす | 玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり | 麦茶 お野菜リング |
| 18 (水) | 麦茶 オレンジ | 豚肉の煮物 南瓜の煮物 みそ汁 おかゆ | 米・みそ | 豚肉 | 玉葱・南瓜・大根 きゅうり・もやし・人参 | 麦茶 鉄入りビスケット |
| 19 (木) | 麦茶 ウエハース | 食パン スープスパゲティ オレンジ | 食パン・スパゲティ・豆腐 | 豚挽肉 | 玉葱・人参・もやし わかめ・オレンジ | 麦茶 さつまい |



5月の献立表

| | 10時おやつ | 献立名 | 材料名 | | | 3時のおやつ |
|-----------|--------------|--|------------|------------|-----------------------------------|-----------------|
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | |
| 20 (金) | 麦茶 ボーロ | ベビーハヤシ 温野菜 | 米 | 豚肉 | 玉葱・人参・大根 きゅうり | 麦茶 お野菜リング |
| 21 (土) | 麦茶 ハイハイン | 野菜がゆ スティックきゅうり 麦茶 | 米 | しらす | キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり | |
| 23 (月) | 麦茶 ウエハース | 味噌煮込みうどん 温野菜 オレンジ | ゆでうどん・じゃが芋 | 鶏肉 | 玉葱・人参・大根 小松菜・キャベツ・きゅうり オレンジ | 麦茶 さつま芋クッキー |
| 24 (火) | 麦茶 小魚せんべい | 炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・豆腐・みそ・ふ | しらす | 玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし | 麦茶 鉄入りビスケット |
| 25 (水) | 麦茶 ボーロ | 鶏肉の煮物 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ | 米・納豆・みそ | 鶏肉 | 人参・キャベツ・きゅうり 玉葱・わかめ | 麦茶 蒸しパン |
| 26 (木) | 麦茶 オレンジ | 食パン ふかし芋 トマトスープ | 食パン・じゃが芋 | 鶏肉 | きゅうり・キャベツ・もやし 人参・玉葱・トマトジュース | 麦茶 しらすがゆ |
| 27 (金) | 麦茶 マンナ | 鶏肉の煮物 スパサラダ バナナ | 米・スパゲティ | 鶏肉 | 玉葱・人参・きゅうり バナナ | 麦茶 ゼリー |
| 28 (土) | 麦茶 ハイハイン | スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶 | スパゲティ | 鶏肉 | 玉葱・人参・きゅうり | |
| 30 (月) | 麦茶 バナナ | そばろがゆ 温野菜 みそ汁 | 米 | 鶏挽肉 | ほうれん草・きゅうり・人参 玉葱・もやし | 麦茶 じゃが芋 |
| 31 (火) | 麦茶 | 豚肉の味噌煮 オレンジ 温野菜 スープ おかゆ | 米・みそ・豆腐 | 豚肉 | キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり・オレンジ | 麦茶 キャロット蒸しパン |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

