



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	
1 (水)	麦茶 バナナ	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 もやし・きゅうり	麦茶 蒸しパン
2 (木)	麦茶 小魚せんべい	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	玉葱・キャベツ・きゅうり もやし	麦茶 キャロット蒸しパン
7 (火)	麦茶 マンナ	ミートローフ いちご 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐・ふ	鶏挽肉	玉葱・人参・きゅうり わかめ・いちご	麦茶 バナナ
8 (水)	麦茶 オレンジ	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 お野菜ボーロ
9 (木)	麦茶 ボーロ	鶏肉のみそ焼き 南瓜の煮物 すまし汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	鶏肉	南瓜・もやし・きゅうり 人参・わかめ	麦茶 お野菜せんべい
10 (金)	麦茶 ウエハース	しらすがゆ 温野菜 もやし	米・みそ	しらす	玉葱・人参・かぶ もやし	麦茶 蒸しパン
11 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
13 (月)	麦茶 ボーロ	そばろがゆ 温野菜 みそ汁	米・みそ	鶏挽肉	ほうれん草・大根・もやし きゅうり・人参	麦茶 ふかし芋
14 (火)	麦茶 お野菜せんべい	しらす納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・納豆・豆腐・みそ じゃが芋	しらす	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり わかめ	麦茶 蒸しパン
15 (水)	麦茶 バナナ	炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ・ふ	しらす	人参・もやし・きゅうり 玉葱	麦茶 鉄入りビスケット
16 (木)	麦茶 やきいもクッキー	そばろがゆ 南瓜サラダ スープ	米	鶏挽肉	ほうれん草・人参・もやし 南瓜・きゅうり・玉葱 わかめ	麦茶 パン
17 (金)	麦茶 ミニゼリー	そばろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・じゃが芋・ふ	豚挽肉	キャベツ・人参・小松菜 きゅうり・玉葱・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
18 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	



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 (月)	麦茶 ウエハース	炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	しらす	玉葱・もやし・きゅうり 人参・大根	麦茶 やさいもクッキー
21 (火)	麦茶 かぼちゃクッキー	鶏つくね 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ・じゃが芋	鶏挽肉	玉葱・人参・キャベツ	麦茶 蒸しパン
22 (水)	麦茶 小魚せんべい	ベビーハヤシ 温野菜	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 お野菜ボーロ
23 (木)	麦茶 ボーロ	食パン 温野菜 鶏肉の煮物 スープ	食パン	鶏肉	キャベツ・きゅうり・玉葱 人参	麦茶 ゼリー
24 (金)	麦茶 マンナ	マーボー豆腐 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐・ふ	豚挽肉	人参・もやし・きゅうり わかめ	麦茶 バナナ
25 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
27 (月)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜 オレンジ	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・かぶ きゅうり・キャベツ オレンジ	麦茶 しらすがゆ
28 (火)	麦茶 小魚せんべい	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 スープ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり	麦茶 ゼリー
29 (水)	麦茶 バナナ	豆腐の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・大根・わかめ	麦茶 蒸しパン
30 (木)	麦茶 お野菜せんべい	食パン ミニゼリー 鶏肉の煮物 ポテトサラダ	食パン・じゃが芋	鶏肉	玉葱・きゅうり・ミニゼリー	麦茶 バナナ
31 (金)	麦茶 ボーロ	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 きゅうり・もやし・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー

