



# 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 (金)	麦茶 さつま芋	そばろ煮 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・ブロッコリー もやし・わかめ	麦茶 バナナクッキー
2 (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	
7 (木)	麦茶 ボーロ	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 リンゴゼリー
8 (金)	麦茶 バナナ	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・わかめ キャベツ	麦茶 お野菜ボーロ
9 (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	
11 (月)	麦茶 マンナ	マーボー豆腐 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
12 (火)	麦茶 お野菜せんべい	鶏つくね 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・ふ・みそ	鶏挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・わかめ	麦茶 鉄入りビスケット
13 (水)	麦茶 ウエハース	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 蒸しパン
14 (木)	麦茶 鉄入りビスケット	食パン オレンジ じゃが芋の煮物 スープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	キャベツ・人参・もやし オレンジ	麦茶 しらすがゆ
15 (金)	麦茶 ミニゼリー	ささみの煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏ささみ	キャベツ・人参・きゅうり もやし・玉葱	麦茶 バナナクッキー
16 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ 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	
18 (月)	麦茶 ボーロ	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・キャベツ もやし・きゅうり・大根	麦茶 鉄入りビスケット
19 (火)	麦茶 オレンジ	しゅうまい ポテトサラダ みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・きゅうり キャベツ・もやし	麦茶 食パン



# 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 (水)	麦茶 マンナ	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 スープ	米	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 ゼリー
21 (木)	麦茶 お野菜せんべい	そばろ煮 温野菜 スープ                      おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・わかめ	麦茶 蒸しパン
22 (金)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん	豚挽肉	玉葱・人参・ほうれん草 バナナ	麦茶 おかかがゆ
23 (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	
25 (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・人参 玉葱・きゅうり	麦茶 かぼちゃ
26 (火)	麦茶 バナナクッキー	食パン じゃが芋の煮物 スープ	食パン・じゃが芋 とうふ	鶏挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 お野菜ボーロ
27 (水)	麦茶 鉄入りビスケット	しらす納豆 じゃが芋の煮物 みそ汁                      おかゆ	米・納豆・じゃが芋 みそ	しらす	大根・人参・玉葱 キャベツ・きゅうり	麦茶 蒸しパン
28 (木)	麦茶 お野菜せんべい	しらすがゆ 鶏肉の煮物 みそ汁	米・じゃが芋・みそ	鶏肉・しらす	人参・きゅうり・大根	麦茶 バナナ
29 (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 ボーロ
30 (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	



