



# 5月 献立表



5月の献立のテーマは「ともだちと食事を楽しもう」です。

今月の旬の食材は…アスパラガス、スナップえんどう、そら豆、たまねぎなど

日	曜	献立表	午後のおやつ
1	金	焼魚・五目きんぴら・茹スナップえんどう・すまし汁	こいのぼりケーキ
2	土	豚肉の照焼き・中華あえ・粉ふきいも	お菓子
7	木	肉うどん・かえりの佃煮・柑橘類	ジャムサンド
8	金	カレー・キャベツの即席漬・バナナ	ゼリー
9	土	焼きそば・塩もみきゅうり・バナナ	お菓子
11	月	魚の味噌マヨネーズ焼・小松菜とひじきの和えもの・にんじんの甘煮・柑橘類	みたらしポテト
12	火	鶏肉と昆布の煮込み・ごまきゅうり・バナナ	ココアゼリー
13	水	タンドリーチキン・短冊サラダ・粉ふきいも・柑橘類	もちもちパン
14	木	卵の野山焼き・スパゲティソース・スティックきゅうり・バナナ	小倉蒸しパン
15	金	アスパラごはん・ムニエル・野菜サラダ・新玉ねぎの味噌汁 <b>※ご飯はいりません</b>	フレンチトースト
16	土	鶏肉のいなか煮・茹グリーンアスパラ・バナナ	お菓子
18	月	魚のから揚げ・しらすと小松菜の和えもの・じゃがいもの煮付・パインアップル	ココアクッキー
19	火	プルコギ・塩もみきゅうり・粉ふきいも・	豆乳ババロア
20	水	さばのケチャップ煮・茹野菜・じゃがいものそぼろ煮・柑橘類	ウインナーパイ
21	木	アスパラとベーコンのクリームパスタ・茹スナップえんどう・バナナ	小狐ご飯
22	金	豆腐のまり揚げ・ジャコサラダ・ベイクドポテト・鉄強化乳飲料	ミルクぐずもち
23	土	高野豆腐の卵とじ・小松菜の浸し・バナナ	お菓子
25	月	魚のチーズ焼き・和風サラダ・にんじんの甘煮・柑橘類	誕生日ケーキ
26	火	若鶏の中華風炒め・塩もみきゅうり・バナナ	ショートブレッド
27	水	お楽しみ献立 <b>※ご飯はいりません</b> 梅ご飯・豆腐のすまし汁 ハンバーグステーキ・コーンとチンゲン菜の炒めもの・にんじんグラッセ	シュガートースト
28	木	豚肉とパインアップルのケチャップがらめ・キャベツの浸し・柑橘類	人参ご飯
29	金	レバーチップ・ごま酢あえ・そら豆の塩茹で・バナナ	豆乳ココアケーキ
30	土	五目煮・きゅうりの即席漬・茹グリーンアスパラ	お菓子



# 5月 離乳献立表



日	曜	献立表
1	金	煮魚の煮つけ・茹スナップえんどう・果物
2	土	ミートスープ・茹野菜・バナナ
7	木	煮込みうどん・かえりのふりかけ・柑橘類
8	金	野菜スープ・茹キャベツ・バナナ
9	土	煮込みそば・茹きゅうり・バナナ
11	月	煮魚・茹小松菜・柑橘類
12	火	チキンスープ・茹きゅうり・バナナ
13	水	チキンスープ・茹ポテト・柑橘類
14	木	野菜スープ・茹きゅうり・バナナ
15	金	白身魚の煮つけ・茹野菜・果物
16	土	チキンスープ・茹グリーンアスパラ・バナナ
18	月	白身魚の煮付け・茹小松菜・果物
19	火	ミートスープ・茹きゅうり・果物
20	水	白身魚の煮付け・茹野菜・柑橘類
21	木	煮込みパスタ・茹スナップえんどう・バナナ
22	金	豆腐スープ・茹野菜・果物
23	土	チキンスープ・茹小松菜・バナナ
25	月	白身魚の野菜の煮つけ・茹野菜・柑橘類
26	火	チキンスープ・茹きゅうり・バナナ
27	水	そばろスープ・茹チンゲン菜・果物
28	木	豚肉と野菜の柔らか煮・茹キャベツ・柑橘類
29	金	ミートスープ・茹野菜・バナナ
30	土	野菜スープ・茹グリーンアスパラ・果物

