




5月の献立表



日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉や骨になる食材	熱と力になる食材	体の調子を整える食材
1	金	かし おちゃ	ごはん、さわらのたつたあげ スナッフえんどう、みそしる 	きなこマカロニ ようじぎゅうにゅう	さわら、豆腐、みそ、鰹節、きな粉 牛乳	米、片栗粉、油、マヨドレッシング マカロニ、砂糖	しょうが、スナッフえんどう、切干大根 もやし、ねぎ
2	土	かし		かし			
7	木	かし ぎゅうにゅう	チキンライス、ココロサラダ コンソメスープ	かし ミロミルク	鶏肉、大豆、ベーコン、脱脂粉乳、ミロ	米、オリーブ油、マヨドレッシング	玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅうり コーン缶、キャベツ、パセリ粉
8	金	かし おちゃ	ごはん、ぶたにくとやさいのみそいため すましじる、バナナ	マッシュドーナツ ようじぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、みそ、豆腐、鰹節 豆乳、牛乳	米、砂糖、油、ホットケーキミックス じゃがいも、粉砂糖	ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、人参 にんにく、しょうが、わかめ、ねぎ、バナナ
9	土	かし		かし			
11	月	かし ぎゅうにゅう	ごはん、NEW：はるさめチャブチェ わかめスープ、オレンジ	かし ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、豆腐、牛乳	米、春雨、ごま油、砂糖、ごま	人参、玉ねぎ、小松菜、わかめ、ねぎ オレンジ
12	火	かし おちゃ	ゆかりごはん、こいのぼりバーグ スナッフえんどう、わかたけじる こどものひデザート 	かしわもち (1,2歳児いちごクレープ ようじぎゅうにゅう	合びき肉、油揚げ、鰹節、みそ、牛乳	米、じゃがいも、マヨドレッシング ゼリー、かしわもち 	しそふりかけ、玉ねぎ、人参、グリーンピース スナッフえんどう、たけのこ、わかめ
13	水	かし ぎゅうにゅう	ごはん、とりにくのレモンあげ やさいぞえ、コンソメスープ	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、ベーコン、牛乳 	米、片栗粉、油、砂糖 マヨドレッシング、じゃがいも	レモン果汁、きゅうり、トマト、玉ねぎ 人参、キャベツ、パセリ粉
14	木	かし ぎゅうにゅう	ごはん、さけのてりやき もやしとひじきのごまあえ、ぶたじる 	かし ぎゅうにゅう	さけ、牛乳	米、砂糖、ごま 	もやし、人参、ほうれん草、ひじき 豚汁缶(防災用)
15	金	かし おちゃ	ごはん、ちくぜんに、みそしる 	パインケーキ ようじぎゅうにゅう	牛肉、さつまあげ、大豆、油揚げ、鰹節 みそ、卵、牛乳	米、砂糖、小麦粉、油 	たけのこ、人参、ごぼう、こんにゃく、玉ねぎ 干し椎茸、さやえんどう、なす、ねぎ、パイン缶
16	土	かし		かし			
18	月	ジャムヨーグルト	やきそば、だいこんとツナのサラダ あまなつ	あんパン ぎゅうにゅう	豚肉(玉城町産)、えび、ツナ、牛乳	焼きそば麺、油、マヨドレッシング あんパン	人参、玉ねぎ、キャベツ、青のり、大根 きゅうり、コーン缶、甘夏
19	火	かし ぎゅうにゅう	メンチカツカレー、フレンチサラダ、バナナ	かし ぎゅうにゅう 	メンチカツ、ツナ、牛乳	米、レトルトカレー(防災用)、油、砂糖	キャベツ、人参、きゅうり、バナナ
20	水	かし おちゃ	ごはん、てづくりさつまあげ、やさいぞえ あおさのみそしる	そらまめ、かし ぎゅうにゅう 	すきみだら、鰹節、みそ、牛乳	米、じゃがいも、片栗粉、油 マヨドレッシング	玉ねぎ、ごぼう、人参、ねぎ、キャベツ あおさ、えのきだけ、ねぎ、そら豆
21	木	かし おちゃ	ごはん、いりどうふ、もやしのごまあえ オレンジ	こくとうむしパン ようじぎゅうにゅう	豆腐、鶏肉、卵、豆乳、牛乳	米、油、砂糖、ごま、小麦粉、黒砂糖	玉ねぎ、人参、こんにゃく、干し椎茸 もやし、小松菜、オレンジ
22	金	かし ミルク	ごはん、ぶりのにつけ、ポテトサラダ すましじる	かし ぎゅうにゅう	ぶり、ハム、はんぺん、鰹節、牛乳	米、砂糖、じゃがいも、マヨドレッシング	人参、きゅうり、小松菜、しめじ、ねぎ
23	土	かし		かし			
25	月	かし ぎゅうにゅう	ごはん、さばのしおやき ほうれんそうのコーンあえ、みそしる	かし やさいジュース 	塩さば、豆腐、油揚げ、鰹節、みそ	米	ほうれん草、人参、コーン缶、もやし、ねぎ 野菜ジュース
26	火	かし おちゃ	ごはん、ポークビーンズ、ブロッコリーサラダ バナナ	おこのみやき ようじぎゅうにゅう 	大豆、豚肉(玉城町産)、ハム、豆腐 ツナ、鰹節、牛乳	米、じゃがいも、マヨドレッシング 小麦粉、油	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、バナナ、ねぎ キャベツ、青のり
27	水	あっさりポテト ぎゅうにゅう	まめごはん、チキンのてりやき キャベツのゆかりあえ、すましじる	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、花麩、鰹節、牛乳 	米、砂糖 	えんどう豆、キャベツ、人参、しそふりかけ わかめ、玉ねぎ、ねぎ
28	木	かし ぎゅうにゅう	ごはん、はるまき、やさいぞえ ちゅうかスープ	かし ぎゅうにゅう	合びき肉、牛乳 	米、春巻きの皮、春雨、砂糖、ごま油 片栗粉、油、マヨドレッシング	干し椎茸、たけのこ、ニラ、人参、しょうが キャベツ、青梗菜、玉ねぎ
29	金	かし おちゃ	ごはん、マカロニグラタン、ミネストローネ メロン	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、牛乳、チーズ、ウインナー	米、マカロニ、バター、パン粉、小麦粉 じゃがいも、油 	玉ねぎ、人参、エリンギ、パセリ粉 キャベツ、ホールトマト缶、メロン
30	土	かし		かし			

〈幼児組〉毎日箸を持たせてください。献立日の横に  マークがある日は箸とスプーンの両方を持たせてください。

〈未満児組〉おやつは午前と午後の2回です。箸とスプーンは保育所で用意します。

防災備蓄食の豚汁(14日)、レトルトカレー(19日・幼児のみ)を給食で食べ、非常時の食事を体験します。