

|    |   | 月曜日                          | 火曜日                              | 水曜日   | 木曜日                       | 金曜日                         | 土曜日  |
|----|---|------------------------------|----------------------------------|---|---------------------------|-----------------------------|--|
| 昼食 | *エネルギー(和)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。<br>5月から約半年間、世界の料理を献立に取り入れています。今月は29日のシンガポールです。 | 1                            | 2                                | 3   | 4                         | 5                           | 6  |
|    |   |                              |                                  |   |                           |                             |  |
| 午後 |   | 牛乳、じゃこトースト                   | 牛乳、じゃがいものボンデケーキ                  | 牛乳、黒糖蒸しケーキ  | 牛乳、クラッカージャムサンド            |                             |  |
|    |   | 6                            | 7                                | 8   | 9                         | 10                          | 11   |
| 昼食 |   | ごはん、赤魚の照り焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁    | ホワイトロール、野菜ハンバーグ、春雨サラダ、スープ        | 大豆入りハヤシライス、スープ、オレンジ   | かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ     | ごはん、さばのみそ煮、ほうれん草のお浸し、すまし汁   | <br>運動会 (3~5歳児) |
| 午後 |   | 牛乳、きな粉パン                     | お茶、おかかチーズおにぎり                    | 牛乳、チョコチップケーキ  | 牛乳、フライドポテト (あおさ)          | 牛乳、スノーボールクッキー               |  |
|    |   | 13                           | 14                               | 15  | 16                        | 17                          | 18   |
| 昼食 | <br>スポーツの日                    | さつまいもごはん、鮭の塩焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁  | ロールパン、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、パイナップル | きのこベーコンの和風パスタ、スープ、オレンジ  | ごはん、赤魚の煮付け、五色和え、すまし汁      | ごはん、鶏じゃが、みそ汁、バナナ            |  |
| 午後 |   |                              | 牛乳、しほりクッキー                       | お茶、梅と大葉のおにぎり  | 牛乳、麩のラスク                  | 牛乳、マドレーヌ                    | 牛乳、菓子  |
|    |   | 20                           | 21                               | 22  | 23                        | 24                          | 25   |
| 昼食 |   | ごはん、カレーの塩焼き、さつまいも煮、みそ汁       | けんちんうどん、もやしとにらの和え物、バナナ           | 黒糖ロール、ほうれん草とウィンナーのコンソメスープ、ポテトサラダ、オレンジ   | ごはん、プリの照り焼き、切干大根煮、豚汁      | ごはん、鶏肉のみそ風味焼き、小松菜のじゃこ和え、みそ汁 | ごはん、肉豆腐、みそ汁、パイナップル   |
| 午後 |   | 牛乳、ココロラスク                    | 牛乳、スイートポテト                       | 牛乳、鮭塩昆布おにぎり   | 牛乳、ココアクッキー                | 牛乳、あんこケーキ                   | 牛乳、チョコシリアル   |
|    |   | 27                           | 28                               | 29  | 30                        | 31                          | <みかんぐみ>8日はカップケーキ、15日はゆかりおにぎり、20日はシュガートースト、25日はシリアルを食べます。<めろんぐみ>3日は五目煮、30日はソーセージを食べます。              |
| 昼食 |   | ごはん、鯛のマヨネーズ焼き、白菜とえのきの和え物、みそ汁 | 中華丼、スープ、オレンジ                     | 海南鶏飯、  、ホッケンミー、白湯スープ | ごはん、鮭のみそ焼き、じゃがいものそぼろ煮、みそ汁 | カレーライス、和風マカロニサラダ、スープ        |  |
| 午後 |   | 牛乳、オムレット                     | 牛乳、ちんすこう                         | 牛乳、パイナップルタルト  | 牛乳、フランクフルト                | 牛乳、おばけクッキー                  |               |

|    |  | 月曜日  | 火曜日                       | 水曜日   | 木曜日                       | 金曜日                        | 土曜日   |
|----|--|--|---------------------------|---|---------------------------|----------------------------|---|
|    |  | *エネルギー(和)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。<br>*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。<br>5月から約半年間、世界の料理を献立に取り入れています。今月は29日のシンガポールです。<br><さくらんぼぐみ>25日は菓子を食べます。 |                           | 1   | 2                         | 3                          | 4   |
| 昼食 |  |  |                           | そばろあんかけ丼、みそ汁、パイナップル   | みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、オレンジ  | ごはん、鮭の塩焼き、五目煮、みそ汁          | ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、バナナ  |
| 午後 |  |  |                           | 牛乳、じゃこトースト  | 牛乳、じゃがいものポンデケージョ          | 牛乳、黒糖蒸しケーキ                 | 牛乳、クラッカージャムサンド  |
|    |  | 6  | 7                         | 8   | 9                         | 10                         | 11 運動会 (3~5歳児)  |
| 昼食 |  | ごはん、赤魚の照り焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁  | ホワイトロール、野菜ハンバーグ、春雨サラダ、スープ | ハヤシライス、スープ、オレンジ   | かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ     | ごはん、鯛のみそ煮、ほうれん草のお浸し、すまし汁   |    |
| 午後 |  | 牛乳、きな粉パン   | 牛乳、おかかチーズおにぎり             | 牛乳、カップケーキ   | 牛乳、フライドポテト（あおさ）           | 牛乳、スノーボールクッキー              |   |
|    |  | 13 スポーツの日  | 14                        | 15  | 16                        | 17                         | 18  |
| 昼食 |  | さつまいもごはん、鮭の塩焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁  |                           | ロールパン、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、パイナップル  | きのこことベーコンの和風パスタ、スープ、オレンジ  | ごはん、赤魚の煮付け、五色和え、すまし汁       | ごはん、鶏じゃが、みそ汁、バナナ  |
| 午後 |  | 牛乳、しほりクッキー   |                           | お茶、ゆかりおにぎり  | 牛乳、麩のラスク                  | 牛乳、マドレーヌ                   | 牛乳、菓子   |
|    |  | 20   | 21                        | 22  | 23                        | 24                         | 25  |
| 昼食 |  | ごはん、カレーの塩焼き、さつまいも煮、みそ汁   | けんちんうどん、もやしとにらの和え物、バナナ    | 黒糖ロール、ほうれん草とウィンナーのコンソメスープ、ポテトサラダ、オレンジ   | ごはん、カレーの照り焼き、切干大根煮、豚汁     | ごはん、鶏肉のみそ風味煮、小松菜のじゃこ和え、みそ汁 | ごはん、肉豆腐、みそ汁、パイナップル  |
| 午後 |  | 牛乳、シュガートースト  | 牛乳、スイートポテト                | 牛乳、鮭塩昆布おにぎり   | 牛乳、ココアクッキー                | 牛乳、あんこケーキ                  | 牛乳、シリアル   |
|    |  | 27   | 28                        | 29 シンガポール料理   | 30                        | 31                         |   |
| 昼食 |  | ごはん、鯛のマヨネーズ焼き、白菜とえのきの和え物、みそ汁   | 中華丼、スープ、オレンジ              | 海南鶏飯、  、ホッケンミー、白湯スープ | ごはん、鮭のみそ焼き、じゃがいものそばろ煮、みそ汁 | ハヤシライス、和風マカロニサラダ、スープ       |  |
| 午後 |  | 牛乳、オムレット   | 牛乳、ちんすこう                  | 牛乳、パイナップルタルト  | 牛乳、ソーセージ                  | 牛乳、おばけクッキー                 |   |