

## 5月献立表

		中期食		後期食	
日	曜日	献立	材料	献立	材料
1	土	うどんのくたくた煮 玉ねぎとじゃがいもの煮物	うどん・人参・だし 玉ねぎ・じゃがいも・だし	うどん 玉ねぎとじゃがいもの煮物	うどん・人参・だし・しょうゆ 玉ねぎ・じゃがいも・だし・砂糖・しょうゆ
3	月	建国記念日			
4	火	みどりの日			
5	水	こどもの日			
6	木	おかゆ ツナと人参のうま煮 玉ねぎのみそ汁	米 ツナ・人参・だし 玉ねぎ・だし・みそ	おかゆ ツナと人参のうま煮 玉ねぎのみそ汁	米 ツナ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・みそ
7	金	おかゆ ささみと小松菜のおかか和え 人参のスープ	米 ささみ・小松菜・だし・かつお節 人参・だし	おかゆ ささみと小松菜のおかか和え 人参のスープ	米 ささみ・小松菜・だし・かつお節・砂糖・しょうゆ 人参・だし・しょうゆ
8	土	そぼろうどんのくたくた煮 大根と人参の煮物	うどん・鶏ミンチ・だし 大根・人参・だし	そぼろうどん 大根と人参の煮物	うどん・鶏ミンチ・だし・しょうゆ 大根・人参・だし・砂糖・しょうゆ
10	月	おかゆ たらとキャベツのつぶし煮 大根のみそ汁	米 たら・キャベツ・だし 大根・だし・みそ	おかゆ たらとキャベツのくたくた煮 大根のみそ汁	米 たら・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ 大根・だし・みそ
11	火	おかゆ ツナと人参の白和え チンゲン菜のスープ	米 ツナ・豆腐・人参・だし チンゲン菜・だし	おかゆ ツナと人参の白和え チンゲン菜のスープ	米 ツナ・豆腐・人参・だし・砂糖・しょうゆ チンゲン菜・だし・しょうゆ
12	水	パンがゆ ささみと野菜のスープ煮 玉ねぎのスープ	食パン・ミルク ささみ・キャベツ・人参・だし 玉ねぎ・だし	スティックパン ささみと野菜のスープ煮 玉ねぎのスープ	食パン ささみ・キャベツ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・しょうゆ
13	木	おかゆ 肉じゃが風 キャベツのみそ汁	米 鶏ミンチ・人参・じゃがいも・だし キャベツ・だし・みそ	おかゆ 肉じゃが風 キャベツのみそ汁	米 鶏ミンチ・人参・じゃがいも・だし・砂糖・しょうゆ キャベツ・だし・みそ
14	金	おかゆ カレイと玉ねぎのトロ煮 きゅうりの和え物	米 カレイ・玉ねぎ・だし・片栗粉 きゅうり・だし・かつお節	おかゆ カレイと玉ねぎのトロ煮 きゅうりの和え物	米 カレイ・玉ねぎ・だし・砂糖・しょうゆ・片栗粉 きゅうり・だし・かつお節・しょうゆ
15	土	うどんのくたくた煮 しらすとキャベツのだし煮	うどん・人参・だし しらす・キャベツ・だし	うどん しらすとキャベツのだし煮	うどん・人参・だし・しょうゆ しらす・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ
17	月	おかゆ 鮭とほうれん草のつぶし煮 大根のスープ	米 鮭・ほうれん草・だし 大根・だし	おかゆ 鮭とほうれん草のやわらか煮 大根のスープ	米 鮭・ほうれん草・だし・砂糖・しょうゆ 大根・だし・しょうゆ
18	火	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 白菜のみそ汁	米 鶏ミンチ・かぼちゃ・だし 白菜・だし・みそ	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 白菜のみそ汁	米 鶏ミンチ・かぼちゃ・だし・砂糖・しょうゆ 白菜・だし・みそ
19	水	パンがゆ じゃがいものマッシュ 大根と人参のスープ	食パン・ミルク じゃがいも・だし 大根・人参・だし	スティックパン じゃがいものマッシュ 大根と人参のスープ	食パン じゃがいも・だし・砂糖 大根・人参・だし・しょうゆ
20	木	おかゆ ツナと人参の煮物 小松菜のみそ汁	米 ツナ・人参・だし 小松菜・だし・みそ	おかゆ ツナと人参の煮物 小松菜のみそ汁	米 ツナ・人参・だし・砂糖・しょうゆ 小松菜・だし・みそ
21	金	おかゆ しらすと人参の白和え さつまいものみそ汁	米 豆腐・しらす・人参・だし さつまいも・だし・みそ	おかゆ しらすと人参の白和え さつまいものみそ汁	米 豆腐・しらす・人参・だし・砂糖・しょうゆ さつまいも・だし・みそ
22	土	うどんのくたくた煮 ほうれん草とじゃがいもの煮物	うどん・人参・だし ほうれん草・じゃがいも・だし	うどん ほうれん草とじゃがいもの煮物	うどん・人参・だし・しょうゆ ほうれん草・じゃがいも・だし・砂糖・しょうゆ
24	月	おかゆ ささみと野菜のだし煮 玉ねぎのみそ汁	米 ささみ・人参・チンゲン菜・だし 玉ねぎ・だし・みそ	おかゆ ささみと野菜のだし煮 玉ねぎのみそ汁	米 ささみ・人参・チンゲン菜・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・みそ
25	火	おかゆ 玉ねぎとキャベツのそぼろ煮 人参のスープ	米 鶏ミンチ・玉ねぎ・キャベツ・だし 人参・だし	おかゆ 玉ねぎとキャベツのそぼろ煮 人参のスープ	米 鶏ミンチ・玉ねぎ・キャベツ・だし・砂糖・しょうゆ 人参・だし・しょうゆ
26	水	パンがゆ しらすと人参のつぶし煮 白菜スープ	食パン・ミルク しらす・人参・だし 白菜・だし	スティックパン しらすと人参の煮物 白菜スープ	食パン しらす・人参・だし・砂糖・しょうゆ 白菜・だし・しょうゆ
27	木	おかゆ カレイとほうれん草のうま煮 かぼちゃのみそ汁	米 カレイ・ほうれん草・だし かぼちゃ・だし・みそ	おかゆ カレイとほうれん草のうま煮 かぼちゃのみそ汁	米 カレイ・ほうれん草・だし・砂糖・しょうゆ かぼちゃ・だし・みそ
28	金	おかゆ ツナと大根のやわらか煮 玉ねぎのスープ	米・人参・だし ツナ・大根・だし 玉ねぎ・だし	人参がゆ ツナと大根のやわらか煮 玉ねぎのスープ	米・人参・だし ツナ・大根・だし・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・だし・しょうゆ
29	土	うどんのくたくた煮 白菜と豆腐のトロ煮	うどん・人参・だし 白菜・豆腐・だし・片栗粉	うどん 白菜と豆腐のトロ煮	うどん・人参・だし・しょうゆ 白菜・豆腐・だし・砂糖・しょうゆ・片栗粉
31	月	おかゆ ささみとほうれん草のつぶし煮 人参のみそ汁	米 ささみ・ほうれん草・だし 人参・だし・みそ	おかゆ ささみとほうれん草のくたくた煮 人参のみそ汁	米 ささみ・ほうれん草・だし・砂糖・しょうゆ 人参・だし・みそ