



# 2024年 5月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄	赤	緑
			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
01	水	おやつ 麦茶 焼きおにぎり	米	しらす干し	
02	木	おやつ 牛乳 もちケーキ	もち粉、油	牛乳 卵、牛乳	バナナ
07	火	おやつ 牛乳 マーブルケーキ	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、バター (乳)	牛乳 牛乳、卵、脱脂粉乳	
08	水	おやつ 牛乳 シュガーラスク	バター (乳)、食パン (小麦)	牛乳	
09	木	おやつ 麦茶 コロッケ	油、コロッケ (小麦・乳・大豆)		
10	金	おやつ おにぎり (わかめ・ごま) 小魚 (ごま)	米	小魚 (ごま・大豆・小麦)	いりごま
11	土	昼食 ごはん 豚肉のすき焼き風煮 じゃがいもとポークのはさみ揚げ かきたま汁 (ねぎ) パイナップル	米 じゃがいも、小麦粉、パン粉 (小麦)、油 片栗粉	豚肉、揚げ豆腐 ポーク (乳)、卵 卵	はくさい、こんにゃく、たまねぎ、えのきだけ、にんじん、長ねぎ ねぎ パイナップル
	おやつ	バナナ ビスケット			バナナ
13	月	昼食 夕コライス ポテトサラダ みそ汁 (もずく・ねぎ) くだもの	米、油 じゃがいも、マヨネーズ (ノンエッグ)	牛豚合びき肉、チーズ (乳) もずく、みそ	たまねぎ、レタス、にんじん、トマト、こんにゃく にんじん、きゅうり ねぎ バナナ
	おやつ	牛乳 黒糖ぼうろ	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、黒糖	牛乳 牛乳、卵	
14	火	おやつ 麦茶 お好み焼き	小麦粉、マヨネーズ (ノンエッグ)、油	豚肉、卵、あおのり	キャベツ、ねぎ
15	水	おやつ 牛乳 卵サンド	マヨネーズ (ノンエッグ)、食パン (小麦)	牛乳 卵	
16	木	おやつ まめびよ ドーナツ		まめびよ (大豆)	
17	金	おやつ 麦茶 クファージュシー	米	豚肉、ひじき	にんじん、にら、しいたけ
18	土	昼食 ゆかりごはん ササミのごまフライ 肉じゃが みそ汁 (ほうれん草・えのき) ブルー	米 パン粉 (小麦)、小麦粉、油 じゃがいも、油	卵、とりささみ 豚肉 みそ	ごま たまねぎ、にんじん、しらたき、いんげん ほうれん草、えのきだけ ブルー
	おやつ	乳酸菌飲料 焼きいも	さつまいも		
20	月	昼食 スパゲティミートソース 胚芽食パン コールスローサラダ 大根スープ チーズ	スパゲティ (小麦)、オリーブ油 全粒粉パン マヨネーズ (ノンエッグ)	牛豚合びき肉 チーズ (乳)	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、ピーマン、こんにゃく キャベツ、にんじん だいこん、きぬさや
	おやつ	牛乳 サーターアングギー (黒糖)	小麦粉、黒糖、ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油	牛乳 卵	
21	火	おやつ 麦茶 いなり寿司	米	油揚げ	
22	水	おやつ 牛乳 バナナケーキ	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、バター (乳)	牛乳 卵、牛乳、脱脂粉乳	バナナ
23	木	おやつ ゼリー レーズンパン	レーズンパン (小麦・乳・大豆)		
24	金	おやつ 牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク (乳・大豆)	牛乳	
25	土	昼食 あわごはん マーボー豆腐 はるさめサラダ コーンと卵のスープ ウエハース	米、きび 油、片栗粉 はるさめ、ごま油 ウエハース (小麦・乳・卵・大豆・ゼラチン)	豆腐、牛豚合びき肉、みそ 卵	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、こんにゃく、しょうが にんじん、きゅうり コーン、たまねぎ
	おやつ	ホットケーキ ブルー	ホットケーキ、油、メープルシロップ	卵、牛乳	ブルー
27	月	昼食 きつねうどん (なると・ねぎ) チキンのから揚げ ごまじゃこサラダ ヨーグルト	うどん (小麦) 小麦粉、油 ごま油	なると (大豆)、油揚げ (大豆) 鶏肉 しらす干し ヨーグルト (乳)	ねぎ こんにゃく キャベツ、きゅうり、にんじん、いりごま
	おやつ	麦茶 おにぎり (昆布)	米	こんにゃく、かつお節	
28	火	おやつ 牛乳 豆腐ドーナツ (きなこ)	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油	牛乳 豆腐、きな粉	
29	水	おやつ プリン フライドポテト	プリン (乳・卵) フライドポテト		
30	木	おやつ おにぎり (手作りふりかけ) チーズ	米	しらす干し、こんにゃく、かつお節、あおのり チーズ (乳)	いりごま
31	金	おやつ 牛乳 ココア蒸しパン (カップ)	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油	牛乳 牛乳、卵	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。