

献立表 普通食

2025年05月の献立

ソフィア歌島保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 御飯 鶏ささ身の甘酢あんかけ ほうれん草のしらす和え 豆腐とわかめのみそ汁	2 ハヤシライス 4色サラダ ゼリー	
			牛乳 スイートポテト	お茶 コーンフレーク	憲法記念日
5	6	7 御飯 鮭の塩麹焼き プロッコリーの塩昆布和え かぼちゃと白菜のみそ汁	8 御飯 厚揚げのみそ炒め きゅうりのゆかり和え キャベツのすまし汁	9 牛乳・ロールパン 鶏肉のトマト煮 ツナサラダ 野菜スープ	10 牛乳 野菜あんかけ丼 ゼリー チーズ
こどもの日 振替休日		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)	牛乳 蒸しパン(ほうれん草)	お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3~5歳)	牛乳 せんべい・クッキー
12 御飯 あじのカレーパン粉焼き ひじきの煮物 小松菜のみそ汁	13 御飯 豚じゃが 大根とコーンのポン酢和え おふのみそ汁	14 御飯 鶏肉と水菜の炒め物 プロッコリーとツナの和え物 新玉ねぎと小松菜のみそ汁	15 御飯 まぐろの竜田揚げ じゃがいもきんぴら ほうれん草と厚揚げのみそ汁	16 御飯 マーポー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	17 牛乳 カレーライス ゼリー チーズ
牛乳 黒ごまマフィン	牛乳 中華おこわ	牛乳 お好み焼き	牛乳 マシュマロリットサンド	牛乳 かぼちゃもち	牛乳 せんべい・クッキー
19 御飯 かれいの煮つけ チンゲン菜と大豆ミートのソテー かぼちゃのみそ汁	20 お楽しみメニュー ドライカレー 千切り大根ときゅうりのサラダ コンソメスープ バナナ	21 御飯 鶏肉の梅焼き ほうれん草の白和え チンゲン菜のすまし汁	22 御飯 豚肉のすき焼き風煮物 白菜とちくわのさっぱり和え さつまいもとわかめのみそ汁	23 御飯 鶏むね肉のごまみそ焼き キャベツと小松菜の納豆あえ にゅうめん汁	24 牛乳 ミート丼 ゼリー チーズ
牛乳 中華風ピーフン	牛乳 メープルケーキ	牛乳 ごぼうとごまのクッキー	牛乳 麩のシュガーラスク	牛乳 カスタードロール	牛乳 せんべい・クッキー
26 御飯 さばの焼きおろし煮 小松菜の磯あえ じやがいもとしめじのみそ汁	27 御飯 アスパラと豚肉のポン酢炒め 春キャベツのたくあん和え 豆腐と大根のみそ汁	28 御飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 切干し大根の含め煮 じやがいもと小松菜のすまし汁	29 郷土料理【石川県】 御飯 治部煮風 きゅうりの酢の物 ほうれん草とさつまいもの豆乳みそ汁	30 御飯 ポークチャップ ひじきのマヨネーズ和え コーンスープ	31 牛乳 ハヤシライス ゼリー チーズ
牛乳 五平餅風	お茶 ヨーグルト・バナナ	牛乳 クリームサンド	牛乳 ミートスパゲティー	お茶 こんぶ入り青菜おにぎり	牛乳 せんべい・クッキー

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。