



5月献立表



芳香稚草園



平成26年4月30日

日	曜	献 立	主な材料	おやつ	3歳以上児 Kcal	家庭で食べて欲しい食品
1	木		こいのぼりランチ	かしわもち お茶	461	果物
2	金	ハヤシライス、お茶 ビーンズサラダ	豚肉、玉葱、人参、大豆水煮、きゅうり、コーン缶 ツナ缶、ひじき	フルーツムース	570	魚介類
5	月		こどもの日			
6	火		振替休日			
7	水	豚丼、海苔酢あえ えのき汁	豚肉、玉葱、しらたき、もやし、ほうれん草 ツナ缶、卵、えのきたけ、わかめ、油揚げ、長葱	ジャムホイップ サンド スキムミルク	559	緑黄色野菜
8	木	ごはん、鶏肉のオーロラソース すき昆布サラダ、麩のすまし汁	鶏もも肉、刻み昆布、キャベツ、きゅうり、人参 竹輪、花麩、なると、えのきたけ、長葱	米菓 ヤクルト	527	果物
9	金	たまごとじうどん、フルーツリン じやが芋の味噌バター炒め	うどん、鶏肉、卵、人参、ほうれん草、なると 長葱、じやが芋、豚挽肉、コーン缶	ももゼリー	431	淡色野菜
12	月	中華風ごはん、ごま酢あえ えのきのとろとろスープ	豚肉、人参、竹の子水煮、もやし、きゅうり わかめ、えのきたけ、長葱、豆腐、卵	レーズンパン スキムミルク	513	いも類
13	火	ごはん、鮭の野菜あんかけ おかかあえ、わかめ汁	鮭、人参、玉葱、ピーマン、ほうれん草、もやし コーン缶、豆腐、わかめ、長葱	抹茶のブランジエ	539	肉類
14	水	焼きそば、ナムル きのこと春野菜の中華スープ	焼きそば、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン きゅうり、ほうれん草、竹の子水煮、なめこ	ヨーグルトあえ	414	いも類
15	木	ごはん、車麩の揚げ煮 しらすあえ、すまし汁	車麩、卵、キャベツ、きゅうり、しらす干し なると、わかめ、豆腐、長葱	たまごサンドイッチ スキムミルク	581	果物
16	金	竹の子ごはん、三色おひたし かきたま味噌汁	竹の子、人参、油揚げ、ほうれん草、ひじき ハム、卵、豆腐、長葱	オープントリッヅ お茶	460	きのこ類
19	月	鮭ごはん、野菜の香味あえ 豆腐汁	鮭、もやし、ほうれん草、しらす干し、卵、豆腐 わかめ、長葱	バナナ	435	肉類
20	火	わかめごはん、竹輪の磯辺揚げ 切り干し大根サラダ、むらくも汁	竹輪、卵、切り干し大根、きゅうり、人参 ツナ缶、チンゲン菜、ベーコン	イタリアンカップケーキ スキムミルク	584	豆、大豆製品
21	水	チャウダー麺、フライドポテト ドレッシングサラダ	中華麺、キャベツ、もやし、人参、ベーコン コーン缶、長葱、海老、レタス、きゅうり、ハム	フルーツ白玉	572	海藻類
22	木	ごはん、鶏肉の照り煮 千草あえ、しめじ汁	鶏もも肉、キャベツ、人参、ほうれん草、もやし かまぼこ、しめじ、小松菜、豆腐、しらたき、長葱	菓子 スキムミルク	510	果物
23	金	シーフードカレー、お茶 マカロニサラダ、ティックチーズ	シーフードミックス、じやが芋、玉葱、人参 マカロニ、キャベツ、ハム、きゅうり、みかん缶	ムースゼリー	566	卵
26	月	ツナ炒めごはん、味噌汁 レバーのごまあえ	ツナ缶、玉葱、人参、豚レバー揚げ、ほうれん草 もやし、長葱、わかめ、豆腐、油揚げ	ミニドーナツ スキムミルク	580	果物
27	火	ごはん、白身魚フライ ポテトサラダ、ふわふわスープ	白身魚、じやが芋、きゅうり、人参、サラダ菜 ハム、卵、玉葱、ベーコン、わかめ	みかんゼリー	554	緑黄色野菜
28	水	スパゲティミートソース フレンチサラダ、野菜スープ	スパゲティ、豚挽肉、鶏挽肉、玉葱、人参、レタス きゅうり、ハム、ベーコン、白菜、しめじ、豆腐	ロールケーキ レモンティ	497	乳、乳製品
29	木	梅ちりごはん、豚汁 キャベツのおひたし	しらす干し、キャベツ、人参、えのきたけ、豚肉 豆腐、白菜、しめじ、ほうれん草、しらたき、長葱	源氏パイ お茶	505	果物
30	金	とりたま丼、五色あえ なめこ汁	鶏肉、玉葱、人参、卵、キャベツ、ハム、大根 ほうれん草、コーン缶、なめこ、豆腐、長葱	ヨンヒ・ザ・トースト スキムミルク	509	海藻類

☆5月5日は子どもの日・端午の節供☆

端午の節供は五節供の1つで、男の子の節供です。この日は、
家々にこいのぼりをたて、ちまきや柏もちなどを食べてお祝いします。



Q & A

こどもの日に柏もちやちまきを食べるのはどうして？

柏という木は古い葉があるうちに新しい子どもの葉っぱができるからです。昔の人は、柏の葉で巻いたおもちを食べて、

「子どもが増えますように」と願いをこめていました。

ちまきは、昔、薬草で巻かれていて、これを食べて「悪いことが起きませんように」と願っていたそうです。