









2022年5月 献立表(1日~15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	日				
2	月	ゆかりごはん 大豆ハンバーグ ジャーマンポテト アスパラサラダ 味噌汁 	りんご	かしわもち (3~5才歳児) わらびもち (0~2歳児) お茶	●米、ゆかりふりかけ●豚ひき肉、大豆、玉ねぎ、人参、パン粉、スキムミルク ●じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー、バター ●アスパラ、キャベツ、コーン ●えのき、人参、わかめ●りんご ◆かしわもち◆わらびもち粉、きな粉 
3	火	 <p style="text-align: center;">憲法記念日</p>			
4	水	<p style="text-align: center;">みどりの日</p> 			
5	木	 <p style="text-align: center;">こどもの日</p>			
6	金	カレーライス 小松菜和風和え ゆでウインナー	バナナ	ごまクッキー スキムミルク	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、カレールー、スキムミルク ●小松菜、ひじき、人参、ツナ、コーン、焼きのり、かつお節 ●ゆでウインナー●バナナ ◆小麦粉、バター、スキムミルク、ごま
7	土	ちゃんぽん麺 ちくわの炒り煮 	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし ●ちくわ、すりごま、青のり●オレンジ
8	日				
9	月	わかめごはん 魚ムニエル ほうれん草白和え ベイクドじゃが 味噌汁	りんご	プリン せんべい お茶	●米、わかめふりかけ●鮭、小麦粉、バター●ほうれん草、人参、木綿豆腐、糸こんにゃく、ごま●じゃがいも、青のり ●キャベツ、なめこ、わかめ●りんご ◆寒天ババ◆星たべよ
10	火	ごはん 鶏のマーメイド焼き 小松菜ゴマ和え かぼちゃ天ぷら すまし汁	バナナ	黒糖ラスク スキムミルク	●米●鶏肉、マーメイド●小松菜、人参、ごま ●かぼちゃ、てんぷら粉●木綿豆腐、もやし、ねぎ●バナナ ◆食パン、黒糖、バター
11	水	ごはん 魚香り味噌焼き チンゲンおかか和え 高野豆腐煮物 スープ	オレンジ	ツナマヨおにぎり お茶	●米●さわら、ごま●チンゲン菜、人参、かつお節 ●高野豆腐●白菜、人参、アスパラ●オレンジ ◆米、ツナ
12	木	ごはん 肉豆腐 春雨サラダ ちくわカレー天ぷら	りんご	ヨーグルト ビスケット お茶	●米●豚肉、焼き豆腐、玉ねぎ、白菜、えのき、しらたき、ねぎ ●春雨、人参、きゅうり、ツナ、ごま ●ちくわ、てんぷら粉、カレー粉●りんご ◆ヨーグルト、スキムミルク◆ビスコ
13	金	ごはん ささ身フライ 切干大根サラダ ブロッコリーソテー 味噌汁	バナナ	大豆スコーン スキムミルク	●米●鶏ささ身肉、小麦粉、パン粉 ●切り干し大根、小松菜、人参、ごま ●ブロッコリー、コーン●厚揚げ、えのき、わかめ●バナナ ◆ホットケーキミックス、大豆、スキムミルク、バター
14	土	中華丼 スープ	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●米、豚肉、しょうが、白菜、もやし、人参、たけのこ ●玉ねぎ、チンゲン菜、人参、木綿豆腐、かまぼこ ●オレンジ
15	日				

2022年5月 献立表(16日～31日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)	
16	月	ごはん 魚しょうが焼き かぼちゃ煮物 キャベツゆかり和え 味噌汁	りんご	チーズクッキー スキムミルク	●米●鮭、しょうが●かぼちゃ、いんげん ●キャベツ、人参、ゆかりふりかけ●白菜、わかめ ●りんご ◆小麦粉、粉チーズ、バター、スキムミルク	
17	火	ごはん 肉じゃが 中華和え こんにやく甘炒め 味噌汁	バナナ	しらすトースト スキムミルク	●米●豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、さやえんどう ●キャベツ、チンゲン菜、わかめ、ツナ、ごま ●こんにやく●しめじ、ねぎ、油揚げ●バナナ ◆食パン、しらす干し、ごま	
18	水	ごはん 松風焼き 小松菜お浸し ちくわ磯辺焼き すまし汁	さくらんぼ	コーンフレーク 牛乳	●米●鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、ごま ●小松菜、人参 ●ちくわ、青のり●白菜、人参、えのき●さくらんぼ ◆コーンフレーク	
19	木	ゆかりごはん 魚唐揚げ 切干大根煮物 ブロッコリー塩昆布和え そうめん汁	オレンジ	かぼちゃ蒸しパン スキムミルク	●米、ゆかりふりかけ●赤魚、小麦粉、しょうが、にんにく ●切り干し大根、高野豆腐、油揚げ、人参 ●ブロッコリー、塩昆布●そうめん、玉ねぎ、人参、ねぎ ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、かぼちゃ、スキムミルク	
20	金	ロールパン ビーフシチュー 春雨酢の物 ほうれん草ソテー	りんご	コマツナおにぎり お茶	●ロールパン●牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、 スキムミルク、ビーフシチュールー●春雨、人参、きゅうり、ごま● ほうれん草、コーン、しめじ、バター●りんご ◆米、小松菜、ツナ、ごま 	
21	土	肉みそうどん もやし中華和え	バナナ	お楽しみお菓子 牛乳	●ゆでうどん、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン ●きゅうり、もやし、わかめ、コーン、ちくわ ●バナナ	
22	日					
23	月	ごはん 肉団子スープ さつまいもサラダ 小松菜胡麻和え	りんご	おかず蒸しパン スキムミルク	●米●豚ひき肉、白菜、人参、玉ねぎ、春雨、ねぎ、しょうが●さ つまいも、かぼちゃ、コーン●小松菜、もやし、ごま●りんご ◆小麦粉、ベーキングパウダー、ウインナー、玉ねぎ、スキムミ ルク、チーズ	
24	火	ごはん 魚煮物 ほうれん草甘酢和え かぼちゃオーブン焼き すまし汁	バナナ	マカロニきな粉 スキムミルク	●米●赤魚、しょうが ●ほうれん草、白菜、刻み昆布、人参、コーン ●かぼちゃ●なめこ、木綿豆腐、ねぎ●バナナ ◆マカロニ、きな粉	
25	水	ごはん 白身魚さつま揚げ 小松菜のり和え 金時豆煮物 味噌汁	オレンジ	ゼリー せんべい スキムミルク	●米●白身魚すり身、しょうが、人参、ねぎ、ごぼう、玉ねぎ、ス キムミルク●小松菜、人参、焼きのり ●金時豆●えのき、厚揚げ、わかめ●オレンジ ◆寒天パバ◆星たべよ	
26	木	おかかごはん 鶏肉唐揚げ ポテトサラダ ブロッコリー胡麻和え スープ ひとくちゼリー			●米、かつお節 ●鶏肉、しょうが、にんにく●じゃがいも、きゅうり、コーン、ツナ ●ブロッコリー、人参、ごま ●ひとくちゼリー●キャベツ、人参、アスパラ ◆ホットケーキミックス、木綿豆腐、ココア、バナナ、スキムミ ルク、バター	
27	金	ごはん 魚ごま味噌焼き ほうれん草ナムル こんにやくおかか煮 味噌汁	バナナ	きつねおにぎり お茶	●米●カラスカレイ、ごま ●ほうれん草、もやし、人参●板こんにやく、かつお節 ●しめじ、人参、わかめ●バナナ ◆米、油揚げ、人参、ごま	
28	土	三色どんぶり 味噌汁	りんご	お楽しみお菓子 牛乳	●米、鶏ひき肉、しょうが、人参、ほうれん草 ●じゃがいも、もやし、わかめ ●りんご	
29	日					
30	月	ごはん カレー麻婆豆腐 小松菜胡麻和え さつまいも天ぷら	オレンジ	ブルーベリーマフィン スキムミルク	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが、カ レー粉●小松菜、もやし、人参、ごま ●さつまいも、てんぷら粉●オレンジ ◆ホットケーキミックス、スキムミルク、ブルーベリージャム	
31	火	ごはん 鶏肉コーンフレーク焼き 白菜ゆかり和え 大豆サラダ 味噌汁	さくらんぼ	麩ラスク クラッカー スキムミルク	●米●鶏肉、コーンフレーク●白菜、ゆかりふりかけ ●ひじき、大豆、人参、きゅうり、ツナ ●大根、木綿豆腐、ねぎ、油揚げ●さくらんぼ ◆おつゆ麩、バター◆クラッカー	

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。