



2021年5月 献立表



広島キリスト教社会館保育所



スケジュール

21日(金) 親子遠足



給食ししほ

ホークピカタ

材料 (4人分)

- 豚肩ロース 120g
- 卵 1コ
- 粉チーズ 20g
- パセリ 適量
- 薄力粉

作り方

- 豚肩ロースに薄力粉をまぶす。
- ボール等に卵と粉チーズ、パセリを混ぜる。
- ②に①をくぐらせて、フライパン等で両面を焼く。
- トマトケチャップなどをつける。

しでまあがり!!



	献立名	食品名	おやつ
1日 (土)	ロールパン マカロニサラダ クリームシチュー	ロールパン マカロニ きゅうりにんじん ロースハム マヨネーズ 鶏肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
3日 (月)			
4日 (火)			
5日 (水)			
6日 (木)	ハヤシライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシイルウ プレーンヨーグルト りんご パナナ みかん缶詰 パイナップル缶詰	ラスク 牛乳・いりこ
7日 (金)	さばの竜田揚げ 切干大根の炒め煮 みそ汁	さば しょうが かたくり粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 じゃがいも たまねぎ わかめ ねぎ 麦みそ 煮干し	ホットケーキ 牛乳・いりこ
8日 (土)	レーズンパン スパゲティサラダ ミートボールスープ	レーズンパン スパゲティ きゅうりにんじん ロースハム マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
10日 (月)	親子丼 小松菜のおひたし	たまご 鶏肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	ピザトースト 牛乳・いりこ
11日 (火)	ラーメン ギョーザ 海藻サラダ	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ モヤシ にんじん 水煮タノコ ねぎ 鶏ガラ ぎょうざ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	おむすび 牛乳・いりこ
12日 (水)	さわらのバター焼き 煮豆 けんちん汁	さわら バター うずら豆 木綿豆腐 大根 にんじん ゴボウ しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油	じゃがもち 牛乳・いりこ
13日 (木)	チャプチェ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油	クラッカーサンド 牛乳・いりこ
14日 (金)	チキンカツ やさしいサラダ ポタージュスープ	ささみ 薄力粉 たまご パン粉 レタス きゅうりにんじん シーチキン ミートマト じゃがいも たまねぎ パセリ 牛乳 生クリーム バター コンソメ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
15日 (土)	ロールパン 春雨サラダ ポトフ	ロールパン はるさめ シーチキン きゅうりにんじん コーン ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
17日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンズー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん たら ねぎ 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ 鶏むね肉 きゅうりにんじん ごま ごま油	蒸しパン 牛乳・いりこ
18日 (火)	焼そば ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ もやし にんじん ビーマン おこのみソース じゃがいも きゅうりにんじん ロースハム コーン りんご マヨネーズ	ヨーグルト おかし
19日 (水)	鮭の塩焼 筑前煮 みそ汁	鮭 鶏肉 大根 水煮タノコ にんじん レンコン ゴボウ こんにゃく 干しいたけ ごま油 小松菜 にんじん 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	ウインナーフリッター 牛乳・いりこ
20日 (木)	カレーライス やさしいサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ レタス きゅうりにんじん スナックえんどう シーチキン コーン	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
21日 (金)		親子遠足	
22日 (土)	ごまロール マカロニサラダ ポトフ	ごまロール マカロニ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
24日 (月)	ポークピカタ ひじきの炒り煮 みそ汁	豚肩ロース 塩 薄力粉 たまご チーズ パセリ ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ 絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
25日 (火)	ミートスパゲティ 海藻サラダ	スパゲティ 牛ひき肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト缶詰 グリンピース わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	おむすび 牛乳・いりこ
26日 (水)	ハンバーグ キャベツのごまあえ キャロットスープ	合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご パン粉 キャベツ にんじん ごま にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	とうふドーナツ 牛乳・いりこ
27日 (木)	肉じゃが 小松菜のおひたし	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	チヂミ 牛乳・いりこ
28日 (金)	春巻 きゅうり漬 かきたまスープ	はるまきの皮 豚ひき肉 たまねぎ キャベツ 水煮タノコ にんじん ビーマン 春雨 きゅうり ごま油 たまご たまねぎ にんじん えのきだけ テンゲン菜 コンソメ ごま油	クッキー 牛乳・いりこ
29日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ビーフシチュー	ロールパン スパゲティ きゅうりにんじん ロースハム コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
31日 (月)	とうふハンバーグ ごま酢あえ みそ汁	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ パン粉 牛乳 たまご バター きゅうり もやし にんじん ごま さつまいも キャベツ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	中華おこわ 牛乳・いりこ