5月献立予定表

おおつ保育園

			1 親子遠足 	2 ごはん マーボー豆腐 煮びたし みそ汁	
4 みどりの日 	5 こどもの日	6 振替休日 	7こどもの日献立 たけのこご飯 鯉のぼりバーグ 納豆サラダ みそ汁 鯉のぼりクッキー	8 ごはん ホイコーロー たたきごぼう 煮豆 ごはんおやき	9 ごはん 野菜炒め じゃが芋チーズ みそ汁
11 ごはん じゃが芋そぼろ煮 酢の物 みそ汁 キャベツマフィン	12 青菜じゃこごはん たけのこバーグ ごぼうサラダ みそ汁 人参ビスケット	13 ごはん 魚タンドリー焼き じゃこ和え みそ汁 おからパンケーキ	14 ごはん アスパラつくね ひじきの煮物 みそ汁 梅おにぎり	15 ごはん キャベツそぼろ 焼き人参酢漬け 煮豆・みそ汁 米粉じゃがおやき	16 ごはん 根菜の煮物 トマト 鶏肉のみそ汁
18 ごはん 鶏むねポテト 高野豆腐お浸し みそ汁 キャベツパスタ	19 お弁当の日 	20 ごはん 魚の梅風味揚げ あらめの煮物 みそ汁 小豆まんじゅう	21 ごはん メンチカツ 焼き玉ねぎ 煮豆・みそ汁 黒ごまきなこ棒	22 ごはん 魚ハンバーグ ごま酢和え みそ汁 細巻き	23 ごはん そぼろ煮 おかか和え みそ汁
25 ごはん きんぴら 納豆和え 魚団子汁 焼きおにぎり	26リクエストメニュー そら豆混ぜごはん 車麸のカツ ポテトサラダ 豆乳ごま汁 フルーツヨーグルト	27 ごはん 魚の南蛮漬け 根菜ごま煮 煮豆・みそ汁 ミルクくずもち	28ゆり懇談会 ごはん 鶏肉のカレー焼き じゃこサラダ みそ汁 チーズマフィン	29 ごはん ポークマリネ 焼きじゃが芋 みそ汁 塩おにぎり	30 奉仕作業 講演会 交流会

※都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

2026. 5. 1

人気メニュー

豆乳ごま汁

5月のリクエストメニューは“ポテトサラダ”です！

材料（4人分）

鶏ももこま切れ	50g
かぼちゃ	100g
しめじ	1/4株
人参	1/4本
玉ねぎ	1/2玉
ほうれん草	1/4束
調整豆乳	150ml
だし汁	500ml
すりごま	大さじ1
みそ	大さじ1

①鍋にだし汁と鶏ももを入れて火にかける。
②ほうれん草はゆでて食べやすい大きさに切る。
③人参はいちょう切り、玉ねぎは幅を半分にして薄切り、かぼちゃとキャベツは一口大に切って①の鍋に入れる。
④やわらかくなったら一度火を止めてみそを溶かす。
⑤豆乳を入れて沸騰しない程度に火にかけてからすりごまとほうれん草を入れる。

今月から誕生会の日にばら組のリクエストメニューを始めます。
順番はランダムです。
どんなメニューをリクエストしたのか、楽しみにしていてください！