

2017年 5月～初期～

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	月	絹ごし豆腐	米	トマト 胡瓜
2	火	ホキ	米	ミニトマト キャベツ
3	水			
4	木			
5	金			
6	土	絹ごし豆腐	米	朴葉草 パナ
7	日			
8	月	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
9	火	赤魚	米 ジャがいも	小松菜
10	水	絹ごし豆腐	米	西洋南瓜
11	木	柿	米 さつま芋	キャベツ 玉葱
12	金	絹ごし豆腐	米	トマト 西洋南瓜
13	土	柿	米 ジャがいも	人参
14	日			
15	月	絹ごし豆腐	米	胡瓜 人参 大根
16	火	柿	米 ジャがいも	人参
17	水	絹ごし豆腐	米	西洋南瓜 胡瓜 玉葱
18	木			
19	金	絹ごし豆腐	米	人参 キャベツ
20	土	柿	米 ジャがいも	玉葱 胡瓜
21	日			
22	月	柿	米 ジャがいも	トマト 玉葱
23	火	絹ごし豆腐	米	玉葱 人参
24	水	キウイ	米	キウイ 人参
25	木	絹ごし豆腐	米 さつま芋	
26	金	鮭	米	キャベツ 玉葱
27	土	豆腐		人参 玉葱 パナ
28	日			
29	月		米 ジャがいも	胡瓜
30	火	鱈	米 さつま芋	人参
31	水	絹ごし豆腐	米	ブロッコリー 人参 キャベツ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。