

5 月 献 立 表

明 照 保 育 園

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
1 木	肉とだけこのこぶし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう そろめん	豚もも肉 かつお節 油揚げ 削り節	だけこのこ にんじん さやえんどう たまねぎ 葉ねぎ	フルーツゼリー	チーズリゾット
2 金	ふきとひじきのごはん ひれカツ 若竹汁 ごはん	米 油 小麦粉 パン粉(乾燥)	ちくわ ひじき 油揚げ 豚ひれ肉 卵 生わかめ 削り節	にんじん ふき グリンピース(生) キャベツ だけこのこ みつば	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 柏もち
7 水	魚のチーズフライ グリンピースのポターージュ フルーツゼリー 食パン	食パン フルーツゼリー 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも パター	さかな 卵 粉チーズ 牛乳 生クリーム	キャベツ グリンピース(生) たまねぎ 根菜ねぎ パセリ	牛 乳 クッキー	豆 乳 あられ
8 木	五目うどん 納豆あえ 味付け煮干 ごはん	米 うどん(生)	豚もも肉 かまぼこ 削り節 納豆 花かつお 味付け煮干	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ ほうれんそう もやし	牛 乳 ビスケット	牛 乳 レアチーズフルーツ
9 金	親子煮 みそ汁 麦ごはん	米 麦 油	鶏胸肉 卵 刻みのり 油揚げ 生わかめ 削り節	にんじん たまねぎ えのきたけ 干し椎茸 グリンピース(冷凍) 根菜ねぎ だいこん	牛 乳 パイ菓子	かんきつ類 クッキー
10 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 のり巻きせんべい	
12 月	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも パター 小麦粉	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク	しょうが パイン缶 にんにく パセリ たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 おこし	ヨーグルト パイ菓子
13 火	鶏肉のトマト煮 スパゲティサラダ クロロール	クロロー 油 さとう スパゲティ マヨネーズ	鶏もも肉 ロースハム	にんにく コーン缶 たまねぎ きゅうり にんじん しめじ アスパラガス トマト缶詰(ホール)	牛 乳 おかき	お 茶 じゃこボール
14 水	お や こ え ん そ く 					
15 木	肉とだけこのこぶし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう そろめん	豚もも肉 かつお節 油揚げ 削り節	だけこのこ にんじん さやえんどう たまねぎ 葉ねぎ	オレンジジュース クラッカー	野菜果汁 のり巻きせんべい
16 金	豆腐の中華煮 切り干し大根のサラダ レズンロール	レズンロール 油 かたくり粉 ごま油 すりごま(白) マヨネーズ	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶	にんにく 干し椎茸 しょうが 切干しいんこ はくさい きゅうり にんじん コーン缶 チンゲンサイ だけこのこ缶	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ウエハース
17 土	【雪・赤組 おやつ試食会】 おたのしみランチ 				チーズリゾット	
19 月	ホットドック クリームコンスープ チーズ ロールパン	ロールパン マーガリン さとう	ウィンナー スキムミルク 牛乳 チーズ	キャベツ クリームコンスープ がぼちゃ にんじん たまねぎ しめじ パセリ	牛 乳 あられ	お 茶 手作りみたらし団子
20 火	肉と野菜のみそ炒め 白菜スープ ごはん	米 さとう ごま油 油 白ごま	豚もも肉	しょうが 青ピーマン コーン缶 にんじん 葉ねぎ キャベツ だけこのこ缶 なす はくさい	フルーツゼリー	牛 乳 ピザ風蒸しパン (チーズ)
21 水	酢鶏 中華スープ ミルクロール	ミルクロール さとう かたくり粉 油(揚げ油) 油(炒め油) いちごジャム ごま油	鶏もも肉 豆腐	たまねぎ 赤ピーマン だけこのこ缶 干し椎茸 グリンピース(冷凍) パイン缶 なら もやし にんじん	発酵乳 ウエハース	豆 乳 ごませんべい
22 木	【誕生会】ピースごはん 肉ポテトのカレー揚げ 野菜スープ ごはん	米 パン粉(乾燥) かた くり粉じゃがいも 油	豚ひき肉 豆腐 卵 スキムミルク	グリンピース(生) パセリ たまねぎ もやし キャベツ にんじん コーン缶	牛 乳 かりんとう	紅 茶 ケーキ
23 金	春野菜のうま煮 かき玉汁 ごはん	米 かたくり粉 じゃがいも 油 さとう	鶏もも肉 削り節 豆腐 卵	たまねぎ にんじん だけこのこ ふき さやえんどう 干し椎茸 えのきたけ みつば	牛 乳 ぼんせんべい	発酵乳 焼きカスター
24 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 のり巻きせんべい	
26 月	シーフードカレー フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも パター 小麦粉	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク	しょうが パイン缶 にんにく パセリ たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 おこし	ヨーグルト パイ菓子
27 火	【月組試食会】 揚げ肉のインド煮 ひじきのみそマヨサラダ クロロール	クロロール かたくり粉 油 じゃがいも さとう すりごま(白) マヨネーズ	豚もも肉 ちくわ ひじき	にんじん たまねぎ グリンピース(冷凍) ほうれんそう コーン缶 れんこん	牛 乳 ビスケット	牛 乳 レアチーズフルーツ
28 水	魚の梅煮 五月汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう じゃがいも 一口ゼリー	さかな 豆腐 削り節	梅干し しょうが だけこのこ ごぼう そらまめ	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 おかき
29 木	【花組試食会】 すいとん れんこんの炒め煮 ごはん	米 白玉粉 小麦粉 さつまいも 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ 削り節 ベーコン	だいこん にんじん 干し椎茸 葉ねぎ れんこん さやえんどう	オレンジジュース クラッカー	野菜果汁 のり巻きせんべい
30 金	豆腐の中華煮 切り干し大根のサラダ レズンロール	レズンロール 油 かたくり粉 ごま油 すりごま(白) マヨネーズ	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶	にんにく 干し椎茸 しょうが 切干しいんこ はくさい きゅうり にんじん コーン缶 チンゲンサイ だけこのこ缶	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ウエハース
31 土	【星組試食会】 肉団子と白菜のスープ煮 納豆あえ ラップおにぎり	米 パン粉(乾燥)	鶏ひき肉 卵 納豆 花かつお	しょうが ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ なら はくさい 干し椎茸	牛 乳 クッキー	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じて離乳食・乳児食をたべます。

