

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 |
| 2 月 | 洋風ちらしずし 魚のカレー揚げ 五月汁 ごはん | 米 油 さとう すりごま(白) マヨネーズ 小麦粉 じゃがいも | ツナ缶 卵 刻みのみり さかな 削り節 | 赤ピーマン アスパラガス もやし たけのこ ごぼう そらまめ | 牛 乳 塩せんべい | お 茶 柏もち |
| 6 金 | ポークビーンズ ハムサラダ レズンロール | レズンロール 油 じゃがいも さとう サラ ダ油 白ごま | 大豆(水煮) 豚もも肉 ロースハム | たまねぎ にんじんキャベツ グリーンピース(冷凍) コーン缶 パセリ | 牛 乳 あられ | レアチーズフルーツ クラッカー |
| 7 土 | 【なかよし保育】 おたのしみランチ | | | | 牛 乳 ビスケット | |
| 9 月 | 五目うどん ゴマあえ ごはん | 米 うどん(生) さとう すりごま(白) | 鶏もも肉 かまぼこ 削り節 | にんじん 干し椎茸 葉ねぎ ほうれんそう もやし | 牛 乳 かりんとう | 牛 乳 レーズンクッキー |
| 10 火 | ポテトサンド 野菜スープ 一口ゼリー 食パン | 食パン じゃがいも マヨネーズ 油 一口ゼリー | ベーコン 鶏もも肉 | にんじん コーン缶 グリーンピース(冷凍) キャベツ たまねぎ パセリ | 牛 乳 ポーロ | 野菜果汁 ココアクッキー |
| 11 水 | チキンカレー ツナサラダ 麦ごはん | 米 さとう 麦 サラダ油 油 小麦粉 じゃがいも パター | 鶏もも肉 スキムミルク ツナ缶 | にんにく 赤ピーマン しょうが きゅうり たまねぎ コーン缶 にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ | 牛 乳 塩せんべい | 発酵乳 ピザ風蒸しパン ワッフル |
| 12 木 | おやこえんぞく | | | | | |
| 13 金 | いわしのハンバーグ風 中華コーンスープ クローロール | クローロール パン粉(乾燥) 油 かつくり粉 | いわしすり身 卵 牛乳 スキムミルク | しょうが クリームコーン缶 葉ねぎ もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ | 牛 乳 小麦胚芽クッキー | 牛 乳 のり巻きせんべい |
| 14 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 | | | | | |
| 16 月 | 魚の味噌煮 けんちん汁 チーズ 麦ごはん | 米 麦 板こんにゃく さとう | さかな 油揚げ 豆腐 削り節 チーズ | しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ | 牛 乳 ウエハース | 牛 乳 かんぎつ類 |
| 17 火 | 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ バターロール | バターロール 油 さとう マカロニ マヨネーズ | 鶏もも肉 ツナ缶 | にんにく コーン缶 たまねぎ 赤ピーマン にんじん きゅうり しめじ グリーンピース(冷凍) トマト缶(ホール) | 牛 乳 チーズ菓子 | 牛 乳 じゃが丸くん |
| 18 水 | ふぎとひじきのごはん 白あえ すまし汁 ごはん | 米 油 さとう すりごま(白) ふ | 鶏胸肉 削り節 ひじき 油揚げ 豆腐 ロースハム 生わかめ | にんじん たまねぎ ふき みつば グリーンピース(生) ほうれんそう もやし しめじ | 牛 乳 のり巻きせんべい | 牛 乳 あんパン |
| 19 木 | 肉とだけのこのごぶし煮 みそ汁 ごはん | 米 板こんにゃく 油 さとう | 豚バラ肉 かつお節 豆腐 生わかめ 煮干し | たけのこ にんじん さやえんどう たまねぎ しめじ 葉ねぎ | 牛 乳 ごませんべい | 牛 乳 ビスケット |
| 20 金 | キスフライ グリーンピースのポタージュ ロールパン | ロールパン 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 パター じゃがいも マヨネーズ | ぎす 卵 牛乳 生クリーム | キャベツ グリーンピース(生) たまねぎ 根菜ねぎ パセリ | 牛 乳 ぼんせんべい | ミルク クラッカー |
| 21 土 | 【乳児保育参加&おやつ試食会】 おたのしみランチ | | | | | |
| 23 月 | 五目うどん ゴマあえ ごはん | 米 うどん(生) さとう すりごま(白) | 鶏もも肉 かまぼこ 削り節 | にんじん 干し椎茸 葉ねぎ ほうれんそう もやし | 牛 乳 かりんとう | 牛 乳 レーズンクッキー |
| 24 火 | ポテトサンド 野菜スープ 一口ゼリー 食パン | 食パン じゃがいも マヨネーズ 油 一口ゼリー | ベーコン 鶏もも肉 | にんじん コーン缶 グリーンピース(冷凍) キャベツ たまねぎ パセリ | 牛 乳 ポーロ | ミルク ココアクッキー |
| 25 水 | 肉じゃが 合わせみそ汁 ごはん | 米 じゃがいも しらたき 油 さとう | 豚もも肉 油揚げ 豆腐 生わかめ 削り節 | にんじん たまねぎ しめじ さやえんどう えのきだけ 葉ねぎ | 牛 乳 塩せんべい | 発酵乳 ピザ風蒸しパン ワッフル |
| 26 木 | 【誕生会】 みそカツ 若竹汁 一口ゼリー ごはん | 米 一口ゼリー 油 小麦粉 パン粉(乾燥) さとう すりごま(白) | 豚ひれ肉 卵 生わかめ 削り節 | キャベツ たけのこ にんじん みつば | ヨーグルト | 紅 茶 ケーキ |
| 27 金 | 春雨のそぼろ炒め わかめスープ ミルクロール | ミルクロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう 白ごま | 豚ひき肉 豆腐 生わかめ | しょうが たまねぎ にんにく 葉ねぎ たけのこ 生椎茸 にんじん | 牛 乳 おかき | 牛 乳 マカロニ安倍川 |
| 28 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 | | | | | |
| 30 月 | 魚の味噌煮 けんちん汁 チーズ 麦ごはん | 米 麦 板こんにゃく さとう | さかな 油揚げ 豆腐 削り節 チーズ | しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ | 牛 乳 ウエハース | 牛 乳 かんぎつ類 |
| 31 火 | 【月組保育参加・試食会】 筋肉マンライス かき玉スープ ヨーグルト 麦ごはん | 米 麦 さとう 油 かつくり粉 | 鶏レバー 豆腐 卵 ヨーグルト | しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) ほうれんそう しめじ | 牛 乳 チーズ菓子 | 牛 乳 じゃが丸くん |

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

