

5月こんだて

(うさぎ・幼児)

熱量 504Kcal タンパク質 18.4g

吉祥院保育園

献立	おやつ	材料	おやつ
14 ごはん 手羽元のさっぱり煮 ・ 29 おかか和え (月)味噌汁	米 手羽元 砂糖 醤油 酢 キャベツ 人参 かまぼこ 醤油 花鰹 豆腐 葱 味噌 昆布	シュガーサンド 食パン マーガリン 砂糖 牛乳	7 ごはん だし巻きたまご ・ 21 胡麻和え (月)味噌汁
1 ごはん ・ 野菜のケチャップ炒め 15 ・ 30 味噌汁 (火)	米 豚肉 水煮大豆 じゃが芋 玉葱 人参 キャベツ コンソメ ケチャップ 油 ソーマン わかめ 味噌 昆布	人参ケーキ 小麦粉 人参 卵 砂糖 油 ベーキングパウダー 牛乳	8 発芽玄米ごはん 豚肉とふきと ・ 野菜のたいたん 22 味噌汁 (火)キウイ1/6
2 豆ごはん(16日) ・ 菜飯(2日・30日) 16 高野豆腐の中華煮 ・ 30 味噌汁 (水)バナナ1/4(16日・30日)	米 えんどう豆 塩 酒 昆布 米 小松菜 胡麻 砂糖 醤油 高野豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 えんどう豆(2日・30日のみ) 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 大根 キャベツ 味噌 昆布 バナナ	(2日のみ) 鯉ボーロ バナナ2/3 (16日・30日) ぶどうパン 牛乳	9 ごはん ローストチキン ・ 23 ジャーマンポテト (水)味噌汁
17 ごはん 焼き鮭 ・ 薩摩芋入りひじき煮 31 味噌汁 (木)	米 鮭 醤油 みりん 酒 薩摩芋 人参 ひじき 油揚げ 醤油 砂糖 油 玉葱 しめじ 法蓮草 味噌 昆布	あじさいゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン ルヴァン2枚 牛乳	10 ハヤシライス ・ 24 野菜サラダ (木)
18 ごはん チャプチェ 胡瓜の酢漬け (金)味噌汁	米 豚ミンチ 玉葱 人参 胡瓜 春雨 砂糖 醤油 胡麻油 胡瓜 酢 醤油 砂糖 人参 小松菜 麩 味噌 昆布	ミルクロール 牛乳	11 ごはん 煮魚 ・ ナムル 25 澄まし汁 (金)
19 肉うどん じゃが芋と野菜の煮物 (土)	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 かまぼこ だし(鰹節 昆布 砂糖 薄口醤油) じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	黒糖ロール 牛乳	12 衣笠うどん ・ 26 野菜の煮物 (土)

16日 保育参加 (給食) 30日 誕生会

備考

* 豆ごはん(16日) 米 えんどう豆 塩 酒 昆布
* 菜飯(・30日) 米 小松菜 砂糖 醤油
* 高野豆腐の中華煮 高野豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 えんどう豆(30日のみ) 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉
* 味噌汁 大根 キャベツ 味噌 昆布
バナナ1/4 バナナ

(おやつ)
*ぶどうパン
*牛乳

* 9日 お弁当保育
* 25日 らいおん 春の遠足