



# 5月こんだて

(ひよこ・あひる)  
吉祥院保育園

熱量 408Kcal タンパク質 14.8g

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
14	ごはん 手羽元のさっぱり煮	米 手羽元 砂糖 醤油 酢	シュガーサンド 食パン マーガリン 砂糖	7	ごはん だし巻きたまご	米 卵 醤油 昆布だし	オレンジ蒸しパン 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 オレンジ果汁 油 人参
29	おかか煮	じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 醤油 花鰹		21	ケチャップ煮	南瓜 人参 大根 ケチャップ	オレンジ果実 ベーキングパウダー マーガリン 牛乳
(月)	味噌汁	豆腐 葱 味噌 昆布	牛乳	(月)	味噌汁	玉葱 わかめ 味噌 昆布	
1	ごはん 野菜のケチャップ炒め	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	人参ケーキ 小麦粉 人参 卵 砂糖 油 ベーキングパウダー	8	ごはん 豚肉と野菜のたいた	米 豚肉 大根 人参 蓮根(油揚げ) 砂糖 醤油	焼きポテト じゃが芋 塩 油
15				22	味噌汁	キャベツ 人参 葱 味噌 昆布	
30	味噌汁	ソーマン わかめ 味噌 昆布	牛乳	(火)			牛乳
(火)				9	ごはん 鶏の照り煮	米 鶏肉 醤油 砂糖	パンの耳かりんとう パン耳 砂糖 水
2	豆ごはん(16日)	米 えんどう豆 塩 酒 昆布	(2日のみ)	23	ジャーマンポテト	じゃが芋(ベーコン) 玉葱 人参 コンソメ 油	
16	菜飯(2日・30日)	米 小松菜 胡麻 砂糖 醤油	鯉ポーロ	(水)	味噌汁	もやし 人参 麩 味噌 昆布	
30	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(2日・30日のみ)	バナナ2/3 (16日・30日)	10	クリームシチュー	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ 油	おかかおにぎり 米 花鰹 薄口醤油
30	味噌汁	砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 大根 キャベツ 味噌 昆布	ぶどうパン	24	大根サラダ	大根 人参 スナップエンドウ マヨネーズ	牛乳
(水)	バナナ1/4(16日・30日)	バナナ	牛乳	(木)			
17	ごはん 焼き鮭	米 鮭 醤油 みりん 酒	あじさいゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン	11	煮魚	米 鯖 醤油 砂糖 みりん 酒	蒸しケーキ 小麦粉 ラード 砂糖 卵 ごま 油 ベーキングパウダー
31	薩摩芋入りひじき煮	薩摩芋 人参 ひじき(油揚げ) 醤油 砂糖 油	ルヴァン2枚 牛乳	25	味噌煮	薩摩芋 人参 玉葱 醤油 砂糖 味噌	
(木)	味噌汁	玉葱(しめじ) 法蓮草 味噌 昆布		(金)	澄まし汁	大根 わかめ 薄口醤油 昆布 鰹節	牛乳
18	ごはん 煮物	米 豚ミンチ 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉	ミルクロール	12	衣笠うどん	うどん 鶏こま(油揚げ) 人参 砂糖 醤油	スナックスティックパン
	胡瓜の酢漬け	胡瓜 酢 醤油 砂糖		26	野菜の煮物	だし(鰹節 昆布 砂糖 薄口醤油) 南瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油	
(金)	味噌汁	人参 小松菜 麩 味噌 昆布	牛乳	(土)			
19	肉うどん	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)	黒糖ロール				
(土)	じゃが芋と野菜の煮物	じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 醤油	牛乳				

<p>備 考</p> <p>16日 保育参加 (給食)</p> <p>* 豆ごはん(16日)</p> <p>* 菜飯(・30日)</p> <p>* 高野豆腐の中華煮</p> <p>* 味噌汁</p> <p>* バナナ1/4</p>	<p>30日 誕生会</p> <p>米 えんどう豆 塩 酒 昆布</p> <p>米 小松菜 砂糖 醤油</p> <p>高野豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参</p> <p>えんどう豆(30日のみ) 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉</p> <p>大根 キャベツ 味噌 昆布</p> <p>バナナ</p>	 <p>(おやつ)</p> <p>*ぶどうパン</p> <p>*牛乳</p>	<p>*9日 お弁当保育</p> <p>*25日 らいおん組春の遠足</p> 
---	--	--	--

※保育園では、ひよこぐみ、あひるぐみは、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)ベーコン、ハム、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。( )は、ひよこぐみ、あひるぐみが抜く食材です。