

5月こんだて



(あひる) 吉祥院保育園

熱量490kcal タンパク質17.8g

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
20	ごはん にら入り玉子焼き わかめの炒め煮	米 卵 にら 玉葱 わかめ 人参 キャベツ 白胡麻 砂糖 醤油 胡麻油	わらびもち わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖	13 ・ 27	ごはん 煮物	米 鶏こま 薩摩芋 大根 人参 玉葱 三度豆 砂糖 醤油 油	チーズ蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 チーズ ベーキングパウダー
(月)	味噌汁	麩 小松菜 昆布 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 味噌	牛乳
7 ・ 21	ごはん 高野豆腐の中華風煮 バナナ1/4	米 鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 バナナ	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖	14 ・ 28	ごはん 煮魚 白和え	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 白菜 人参 法蓮草 木綿豆腐 砂糖 醤油 白胡麻	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油
(火)	味噌汁	ソーメン わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	じゃが芋 玉葱 わかめ 昆布 味噌	牛乳
(水)				15 ・ 29	ごはん ミートローフ 野菜のソテー	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 パン粉 牛乳 砂糖 醤油 アスパラ 人参 キャベツ 玉葱 コンソメ 油	トースト1/6本 2本
9 ・ 23	ごはん 鮭の味噌焼き キャベツのそぼろ煮	米 鮭 味噌 酒 砂糖 醤油 キャベツ 人参 豚ミンチ 玉葱 砂糖 醤油	ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー	16 ・ 30	ごはん 鶏の照り煮 野菜サラダ	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 キャベツ 赤ピーマン 胡瓜 マヨネーズ	焼きポテト じゃが芋 塩 油
(木)	澄まし汁	大根 青葱 昆布 鰹節 醤油	牛乳	(木)	味噌汁	わかめ 人参 卵 昆布 味噌	牛乳
10 ・ 24	ごはん クリームシチュー マカロニサラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 豆乳 片栗粉 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油	りんごゼリー りんごジュース 砂糖 ゼラチン 寒天 (10日)鯉ポーロ (24日)花型ビスケット2枚 牛乳	17 ・ 31	ごはん 豚肉と野菜のたいたん 南瓜煮	米 豚肉 大根 人参 蓮根 玉葱 砂糖 醤油 南瓜 砂糖 醤油	(17日)五穀パン (31日)きな粉サンド 食パン きな粉 砂糖 マーガリン
(金)				(金)	澄まし汁	白菜 人参 昆布 鰹節 醤油	牛乳
11 ・ 25	かしわうどん 野菜の煮物	うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油	スナックスティックパン	18	かやくうどん じゃが芋のおかか煮	うどん 法蓮草 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節	バターロール 牛乳
(土)				(土)			
備 考	8日(水)お弁当保育 *簡単手作りピザ 小麦粉 牛乳 塩 ベーキングパウダー 油 ケチャップ チーズ *牛乳	15日(水)保育参加 *ごはん 米 *ミートローフ 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 パン粉 牛乳 砂糖 醤油 *野菜のソテー アスパラ 人参 キャベツ 玉葱 コンソメ 油 *味噌汁 麩 青葱 昆布 味噌	(おやつ) *トースト1/6 2本 *牛乳	22日(水)お誕生日会 *ごはん 米 *ひじきの五目焼き ひじき 蓮根 薩摩芋 人参 小麦粉 卵 片栗粉 油 *野菜のナムル 法蓮草 白菜 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 *味噌汁 豆腐 豆苗 もやし 昆布 味噌	(おやつ) *トースト1/6 2本 *牛乳		

\* 天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

\* 保育園では、ひよこぐみ、あひるぐみは、麦、玄米、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ふきベーコン、ハム、こんにやく、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。