



5月こんだて



熱量 420kcal タンパク質 17.0g (あひる) 吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
11 ごはん 鶏煮 ・ 25 ナムル (月)味噌汁	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 キャベツ 法蓮草 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 豆腐 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	クッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 	18 ごはん 豚の生姜焼き 三度豆のおかか和え (月)味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 もやし 醤油 酒 みりん 生姜 油 三度豆 鰹節 醤油  	カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ 牛乳
12 ごはん 鮭のタルタル焼き ・ 26 キャベツの煮物 (火)味噌汁	米 鮭 卵 玉葱 マヨネーズ パセリ キャベツ 人参 玉葱 砂糖 醤油 麩 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖	19 ごはん 鶏肉とふきと野菜のたいたん 南瓜の胡麻煮 (火)味噌汁	米 鶏肉 大根 人参 蓮根 玉葱 砂糖 醤油 油 南瓜 砂糖 醤油 胡麻 ソーメン 青梗菜 人参 昆布 鰹節 味噌	チヂミ 小麦粉 片栗粉 卵 水 油 玉葱 豚ミンチ たら 人参 醤油 酢 砂糖 胡麻油 胡麻 牛乳
13 ごはん スコップコロッケ ブロッコリーソテー (水)味噌汁	米 じゃが芋45 玉葱10 人参5 油0.5 塩0.25 豚ミンチ20 コンソメ0.6 牛乳10 粉チーズ2 パン粉2.5 油0.3 ブロッコリー25 玉葱20 人参10 赤パプリカ5 ベーコン5 コンソメ0.2 薄口醤油0.5 油1 大根25 青葱3 昆布0.5 鰹節0.5 味噌3.8	☆ヨーグルトパン 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖2.5 ヨーグルト 油 苺ジャム 牛乳	20 ナポリタン風うどん 果物 (水)コンソメスープ	うどん 油 豚ミンチ 玉葱 人参 コーン 砂糖 ケチャップ コンソメ オレンジ ゴールデンキウイ キャベツ 玉葱 コンソメ 昆布	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 牛乳
14 ごはん クリームシチュー ・ 28 そら豆 シーチキンサラダ (木)	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 牛乳 油 そら豆 塩 キャベツ 胡瓜 人参 アスパラ シーチキン 醤油 砂糖 胡麻油 	(14)和風ラスク 食パン 青のり マーガリン (28)ブリオッシュ 牛乳	7 ごはん スペイン風オムレツ ・ 21 マヨネーズ炒め (木)味噌汁	米 卵 玉葱 法蓮草 チーズ 牛乳 薩摩芋 人参 玉葱 コーン マヨネーズ 醤油 麩 大根 昆布 鰹節 味噌  	(7)鯉ボーロ (21)りんごゼリー りんご果汁 砂糖 ゼラチン 寒天 りんご 牛乳
15 ごはん 高野豆腐の中華風煮 ・ 29 胡瓜の酢漬け (金)味噌汁	米 高野豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 ごま油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 青梗菜 玉葱 昆布 鰹節 味噌	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 牛乳	8 ごはん 焼魚 ・ 22 大豆入り金平 (金)味噌汁	米 鯖 塩 ごぼう 蓮根 人参 水煮大豆 豚もも肉 砂糖 醤油 油 じゃが芋 人参 昆布 鰹節 味噌	☆小松菜のケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 マーガリン 卵 小松菜 牛乳 牛乳
2 かしわうどん ・ 16 ・ 30 ポテトサラダ (土)	うどん 鶏こま 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 胡瓜 マヨネーズ	黒糖ロールパン 牛乳	9 わかめうどん ・ 23 薩摩芋の土佐煮 (土)	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 鰹節	ジャムサンド バターロール 苺ジャム 牛乳
備 考	27(水)お誕生日会 * 豆ごはん 米 えんどう豆 塩 酒 昆布 * スコップコロッケ じゃが芋 玉葱 人参 油 塩 豚ミンチ コンソメ 牛乳 粉チーズ パン粉 油 * ブロッコリーのソテー ブロッコリー 玉葱 人参 赤パプリカ ベーコン コンソメ * 味噌汁 大根 青葱 昆布 鰹節 味噌 (おやつ) ヨーグルトパン 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ヨーグルト 油 苺ジャム * 牛乳			   	

*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、加糖ヨーグルト、ベーコン、ハム、ウインナー、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレー、ハヤシは味が濃く噛みにくいので抜いています。