

5月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日曜	献立名	食品名	おやつ
1 木	中華丼	米・豚肉・はくさい・にんじん・長ねぎ・しいたけ	お茶
	きゅうりとささみのサラダ	ささみフレーク・きゅうり・にんじん・和ドレ	フルーツ寒天
	にらとベーコンのスープ	にら・ベーコン・もやし・えのき	粉寒天・白桃缶・みかん缶
	バナナ		
2 金	ちまき風炊き込みご飯	米・もち米・鶏もも肉・油あげ・にんじん・干しいたけ	牛乳
	ぶり大根	ぶり・だいこん・しょうが	こいのぼりパン
	ほうれん草の味噌和え	ほうれんそう・もやし・にんじん・すりごま	食パン・生クリーム・バナナ
	若竹汁/オレンジ	わかめ・ゆでたけのこ	チョコペン
7 水	きのこトマトのバターライス	米・たまねぎ・しめじ・トマト	牛乳
	じゃがいもとウインナー炒め	じゃがいも・ウインナー・たまねぎ・パセリ	マーレードジャムクッキー
	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	無塩バター・マーレードジャム
	チキンスープ/りんご	鶏もも肉・たまねぎ・にんじん	米粉・BP
8 木	ごはん	米	お茶
	あじの照り焼き	あじ	おかか塩昆布のおにぎり
	五目きんぴら	にんじん・ごぼう・れんこん・糸こんにゃく・さやいんげん	米・かつおぶし・塩昆布
	味噌汁/バナナ	豆腐・長ねぎ・油あげ	ゆでそら豆
9 金	ごはん	米	お茶
	プルコギ風炒め	豚肉・たまねぎ・にんじん・にら・にんにく・白ごま	ヨーグルト
	塩きゅうり	きゅうり	おせんべい
	中華スープ/オレンジ	えのき・わかめ・長ねぎ	
10 土	ベーコンピラフ	米・ベーコン・たまねぎ・にんじん	牛乳
	コロコロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	ツナトースト
	きのこスープ	しめじ・えのき・しいたけ・たまねぎ	食パン・ツナ・マヨドレ
	バナナ		
12 月	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
	鮭の塩焼き	さけ	りんごヨーグルト蒸しパン
	小松菜の胡麻和え	こまつな・にんじん・すりごま	蒸しパンMIX・ヨーグルト
	けんちん汁/オレンジ	だいこん・にんじん・ごぼう・長ねぎ・さといも・油揚げ	りんご
13 火	食パン	食パン	お茶
	鶏肉のごま味噌焼き	鶏肉・白ごま	しらすチーズおにぎり
	オーロラサラダ	きゅうり・にんじん・ハム・マヨドレ	米・しらす・チーズ
	ミネストローネスープ/りんご/牛乳	キャベツ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・トマト缶・ベーコン・パセリ	
14 水	ごはん	米	牛乳
	豚肉のつけ焼き	豚肉・たまねぎ・にんにく	フライドポテト
	白和え	豆腐・ほうれんそう・にんじん・こんにゃく・すりごま	じゃがいも
	清汁/バナナ	だいこん・しめじ・わかめ	
15 木	中華丼	米・豚肉・はくさい・にんじん・長ねぎ・しいたけ	お茶
	きゅうりとささみのサラダ	ささみフレーク・きゅうり・にんじん・和ドレ	フルーツ寒天
	にらとベーコンのスープ	にら・ベーコン・もやし・えのき	粉寒天・白桃缶・みかん缶
	オレンジ		
16 金	チキンカレーライス	米・鶏肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	お茶
	豆サラダ	ゆで大豆・にんじん・きゅうり・ツナ・和ドレ	お好み焼き
	りんご		小麦粉・豚肉・キャベツ
			マヨドレ・かつおぶし・あおのり
17 土	ごはん	米	牛乳
	鶏肉の香味焼き	鶏肉・長ねぎ・しょうが・にんにく・ごま	ジャムサンド
	しらすとわかめの酢の物	しらす・わかめ・きゅうり・和ドレ	食パン・ブルーベリージャム
	味噌汁/バナナ	ほうれんそう・油揚げ・豆腐	

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、

保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。



日曜	午前 おやつ	献立名	食品名	おやつ
19	月 牛乳	菜飯	米・菜飯の素	牛乳
		鶏肉と大根炒め	鶏肉・だいこん・葉ねぎ	★アルファフォーレス
		かぼちゃの煮物	かぼちゃ	小麦粉・無塩バター・卵・BP
		味噌汁/オレンジ	しめじ・まいたけ・油揚げ・長ねぎ	重曹・バニラエッセンス
20	火 牛乳	味噌ラーメン	中華麺・豚肉・キャベツ・もやし・長ねぎ・にら・にんじん・ねりごま・しょうが・にんにく	お茶
		きゅうりとちくわのサラダ	きゅうり・ちくわ・にんじん・中華ドレ	五目おこわ
		バナナ		米・もち米・鶏もも肉・にんじん ごぼう・油揚げ・干しいたけ
21	水 牛乳	きのこトマトのバターライス	米・たまねぎ・しめじ・トマト	牛乳
		じゃがいもとウインナー炒め	じゃがいも・ウインナー・たまねぎ・パセリ	マーマレードジャムクッキー
		キャベツとコーンのサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・洋ドレ	無塩バター・マーマレードジャム
		チキンスープ/りんご	鶏もも肉・たまねぎ・にんじん	米粉・BP
22	木 牛乳	ごはん	米	お茶
		あじの照り焼き	あじ	おかか塩昆布のおにぎり
		五目きんぴら	にんじん・ごぼう・れんこん・糸こんにゃく・さやいんげん	米・かつおぶし・塩昆布
		味噌汁/バナナ	豆腐・長ねぎ・油あげ	ゆでそら豆
23	金 牛乳	ごはん	米	牛乳
		プルコギ風炒め	豚肉・たまねぎ・にんじん・にら・にんにく・白ごま	野菜プリッツ
		塩きゅうり	きゅうり	トマト・にんじん・米粉・BP
		中華スープ/オレンジ	えのき・わかめ・長ねぎ	粉チーズ・パセリ
24	土 牛乳	ベーコンピラフ	米・ベーコン・たまねぎ・にんじん	牛乳
		コロコロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	ツナトースト
		きのこスープ	しめじ・えのき・しいたけ・たまねぎ	食パン・ツナ・マヨドレ
		バナナ		
26	月 牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
		鮭の塩焼き	さけ	りんごヨーグルト蒸しパン
		小松菜の胡麻和え	こまつな・にんじん・すりごま	蒸しパンMIX・ヨーグルト
		けんちん汁/オレンジ	だいこん・にんじん・ごぼう・長ねぎ・さといも・油揚げ	りんご
27	火 牛乳	食パン	食パン	お茶
		鶏肉のごま味噌焼き	鶏肉・白ごま	しらすチーズおにぎり
		オーロラサラダ	きゅうり・にんじん・ハム・マヨドレ	米・しらす・チーズ
		ミネストローネスープ/りんご/牛乳	キャベツ・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・トマト缶・ベーコン・パセリ	
28	水 牛乳	ごはん	米	牛乳
		豚肉のつけ焼き	豚肉・たまねぎ・にんにく	フライドポテト
		白和え	豆腐・ほうれんそう・にんじん・こんにゃく・すりごま	じゃがいも
		清汁/バナナ	だいこん・しめじ・わかめ	
29	木 牛乳	β-ランチ		牛乳
		ごはん	米	ココアバナナケーキ
		ミートボール	豚挽肉・たまねぎ	小麦粉・BP・ココア
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・にんじん・洋ドレ	バター・卵・バナナ
		豆乳スープ/オレンジ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・ベーコン・豆乳	
30	金 牛乳	チキンカレーライス	米・鶏肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	お茶
		豆サラダ	ゆで大豆・にんじん・きゅうり・ツナ・和ドレ	お好み焼き
		りんご		小麦粉・豚肉・キャベツ マヨドレ・かつおぶし・あおのり
31	土 牛乳	ひき肉と大豆のそぼろ丼	米・豚挽肉・たまねぎ・ゆで大豆・葉ねぎ・しょうが	牛乳
		しらすとわかめの酢の物	しらす・わかめ・きゅうり・和ドレ	ジャムサンド
		味噌汁	ほうれんそう・油揚げ・豆腐	食パン・ブルーベリージャム
		バナナ		

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 442kcal 蛋白質 16.0g 脂質 13.5g
 幼児 エネルギー 585kcal 蛋白質 21.9g 脂質 19.3g

★印は今月の世界料理です。

