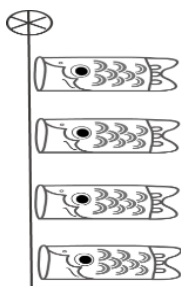


# 5月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日 曜	献立名	食品名	おやつ
2 月	鮭ごはん	米・鮭・炊き込みわかめ・ごま	牛乳
	鯉のぼりオムレツ	卵・豚挽肉・玉ねぎ・ちくわ・グリーンピース・ケチャップ	柏もち
	豆腐サラダ	豆腐・ブロッコリー・人参・かつおぶし・和ドレ	
	キャベツスープ / 果物	キャベツ・玉ねぎ・コーン	
6 金	ごはん	米	牛乳
	鶏の照り焼き	鶏肉	★ふくれ菓子(鹿児島)
	春雨サラダ	春雨・人参・胡瓜・ハム・中華ドレ	小麦粉・黒砂糖・卵
	具沢山汁 / 果物	キャベツ・大根・人参・しめじ・油揚げ	牛乳・重曹・酢
7 土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・卵	牛乳
	ナムル	ほうれん草・もやし・人参	パンオレ
	わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
9 月	ごはん	米	牛乳
	生姜焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜	フルーツ寒天
	かぶ塩昆布和え	かぶ・胡瓜・人参・塩昆布	みかん缶・もも缶
	味噌汁 / 果物	白菜・万能ねぎ・えのき	寒天
10 火	スパゲティミートソース	スパゲッティ・豚挽肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・ホールトマト・パセリ	牛乳
	アスパラサラダ	アスパラガス・キャベツ・胡瓜・かにかま・中華ドレ	カステラ
	コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ	小麦粉・卵・はちみつ
11 水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳
	鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ	お麩ラスク
	切干大根煮	切干大根・人参・いんげん・油揚げ	麩・バター
	清汁 / 果物	小松菜・椎茸・かまぼこ	
12 木	バターロール	バターロール	お茶
	マカロニグラタン	マカロニ・鶏肉・玉ねぎ・マッシュルーム・牛乳・バター・チーズ・パン粉	筍昆炒めごはん
	茹でブロッコリー	ブロッコリー	米・たけのこ・塩昆布
	南瓜スープ	南瓜・玉ねぎ	バター
	牛乳 / 果物	牛乳	
13 金	ごはん	米	牛乳
	回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ・長ねぎ	メロンパン
	華風野菜	胡瓜・大根	
	味噌汁 / 果物	玉ねぎ・厚揚げ	
14 土	ツナピラフ	米・ツナ・玉ねぎ・ピーマン・人参	牛乳
	胡瓜サラダ	胡瓜・人参・もやし・和ドレ	プティポワン
	オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・パセリ	
16 月	キーマカレーライス	米・豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ルウ	牛乳
	トマトサラダ	トマト・胡瓜・わかめ・ハム・中華ドレ	きつねうどん
	果物		うどん・油揚げ・人参
			しめじ
17 火	味噌ラーメン	生中華麺・キャベツ・長ねぎ・もやし・にら・コーン・焼豚	牛乳
	じゃが芋とアスパラソテー	じゃが芋・アスパラガス・人参・ベーコン	揚げパン
	果物		ドッグパン・きな粉



※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※メニューの内容をご確認いただき、まだ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	献立名	食品名	おやつ
18	水	ピースごはん	米・グリーンピース	牛乳
		煮魚	カレイ	クッキー
		小松菜のおかか和え	小松菜・人参・もやし・油揚げ・かつおぶし	小麦粉・豆乳マーガリン
		味噌汁 / 果物	大根・わかめ・万能ねぎ	
19	木	食パン	食パン	お茶
		スペイン風オムレツ	卵・じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン	炊き込みご飯
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・しめじ・コーン・洋ドレ	米・油揚げ・人参
		ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ	干し椎茸・ごぼう
		牛乳 / 果物	牛乳	
20	金	ごはん	米	牛乳
		鶏の照り焼き	鶏肉	★ふくれ菓子(鹿児島)
		春雨サラダ	春雨・人参・胡瓜・ハム・中華ドレ	小麦粉・黒砂糖・卵
		具沢山汁 / 果物	キャベツ・大根・人参・しめじ・油揚げ	牛乳・重曹・酢
21	土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・卵	牛乳
		ナムル	ほうれん草・もやし・人参	パンオレ
		わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
23	月	ごはん	米	牛乳
		生姜焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜	フルーツ寒天
		かぶ塩昆布和え	かぶ・胡瓜・人参・塩昆布	みかん缶・もも缶
		味噌汁 / 果物	白菜・万能ねぎ・えのき	寒天
24	火	スパゲティミートソース	スパゲッティ・豚挽肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・ホールトマト・パセリ	牛乳
		アスパラサラダ	アスパラガス・キャベツ・胡瓜・かにかま・中華ドレ	カステラ
		コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ	小麦粉・卵・はちみつ
25	水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳
		鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ	お麩ラスク
		切干大根煮	切干大根・人参・いんげん・油揚げ	麩・バター
		清汁 / 果物	小松菜・椎茸・かまぼこ	
26	木	3-ランチ		牛乳
		キャロットライス	米・人参	ヨーグルトムース
		ハンバーグ	豚挽肉・玉ねぎ・卵・パン粉	ヨーグルト・生クリーム
		茹でブロッコリーとトマト	ブロッコリー・トマト	レモン汁・ゼラチン
		ジュリエンスープ / 果物	キャベツ・人参・玉ねぎ・ベーコン	いちごジャム
27	金	ごはん	米	牛乳
		回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ・長ねぎ	メロンパン
		華風野菜	胡瓜・大根	
		味噌汁 / 果物	玉ねぎ・厚揚げ	
28	土	ツナピラフ	米・ツナ・玉ねぎ・ピーマン・人参	牛乳
		胡瓜サラダ	胡瓜・人参・もやし・和ドレ	プティポワン
		オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・パセリ	
30	月	キーマカレーライス	米・豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ルウ	牛乳
		トマトサラダ	トマト・胡瓜・わかめ・ハム・中華ドレ	きつねうどん
		果物		うどん・油揚げ・人参 しめじ
31	火	味噌ラーメン	生中華麺・キャベツ・長ねぎ・もやし・にら・コーン・焼豚	牛乳
		じゃが芋とアスパラソテー	じゃが芋・アスパラガス・人参・ベーコン	揚げパン
		果物		ドッグパン・きな粉

★印は今月の郷土料理です。

○27日(金)、幼児クラスはお弁当になります。給食分は袋菓子の持ち帰りで対応致します。

★今月の目標栄養価  
 乳児 エネルギー 484kcal 蛋白質 18.4g 脂質 15.1g  
 幼児 エネルギー 531kcal 蛋白質 20.2g 脂質 15.4g