


5月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

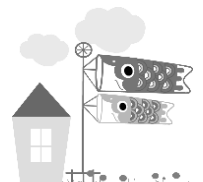
日 曜	献立名	食品名	おやつ
1 月	ピースごはん	米・グリーンピース	牛乳
	煮魚	カレイ	きつねうどん
	かぶ塩昆布和え	かぶ・胡瓜・人参・塩昆布	うどん・油揚げ・人参
	味噌汁 / 果物	大根・万能ねぎ	しめじ
2 火	子どもの日ごはん	米・かつおぶし・チーズ・海苔・焼売の皮	牛乳
	かじきの竜田揚げ	かじきまぐろ・片栗粉	柏もち
	豆腐サラダ	豆腐・ブロッコリー・人参・和ドレ	
	若竹汁 / 果物	たけのこ・わかめ	
6 土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・なると	牛乳
	ナムル	ほうれん草・もやし・人参	キャロットロール
	わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
8 月	ごはん	米	牛乳
	生姜焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜	フルーツ寒天
	いんげんのおかか和え	いんげん・キャベツ・人参・かつおぶし	みかん缶・もも缶
	味噌汁 / 果物	白菜・万能ねぎ・えのき	寒天
9 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	ポップコーン
	コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ	コーン・バター
10 水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳
	鮭の塩焼き	鮭	オートミールバー
	★治部煮	鶏肉・人参・椎茸・ほうれん草・麩	オートミール・レーズン
	けんちん汁(備蓄) / 果物	大根・人参・ごぼう・こんにゃく・椎茸・じゃが芋・麩・油揚げ・わらび・鶏肉	バナナ・バター・はちみつ
11 木	無塩パン	無塩パン	お茶
	タンドリーチキン	鶏肉・ヨーグルト・カレー粉	炊き込みご飯
	ミックスベジタブル	人参・いんげん・コーン	米・油揚げ・人参
	南瓜スープ	南瓜・玉ねぎ	干し椎茸・ごぼう
	牛乳 / 果物	牛乳	
12 金	麦ごはん	米・麦	牛乳
	回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ・長ねぎ	きな粉トースト
	華風野菜	胡瓜・大根	食パン・きな粉・バター
	味噌汁 / 果物	玉ねぎ・厚揚げ・わかめ	
13 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	デュラムファイン
	オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・しめじ・パセリ	
15 月	ハヤシライス	アルファ米(備蓄)・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・ルウ	牛乳
	トマトサラダ	トマト・胡瓜・わかめ・かまぼこ・中華ドレ	メロンパン
	果物		
16 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
	そら豆のサラダ	そら豆・胡瓜・トマト・チーズ・ツナ・マヨネーズ	がんづき
	果物		小麦粉・重曹・黒糖・味噌 はちみつ・酢・黒ごま
17 水	ごはん	米	牛乳
	鱈のつけ焼き	鱈・にんにく(0・1歳児はカレイ)	じゃが芋のガレット
	春雨サラダ	春雨・人参・胡瓜・ハム・中華ドレ	じゃが芋・チーズ
	具沢山汁 / 果物	白菜・大根・人参・しめじ・油揚げ	片栗粉

※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 木	食パン	食パン	お茶
	スコップコロッケ	じゃが芋・玉ねぎ・豚挽肉・牛乳・パン粉	ごまおかかごはん
	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・ごま・かつおぶし
	ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ	
	牛乳 / 果物	牛乳	
19 金	ピースごはん	米・グリーンピース	牛乳
	煮魚	カレイ	きつねうどん
	かぶ塩昆布和え	かぶ・胡瓜・人参・塩昆布	うどん・油揚げ・人参
	味噌汁 / 果物	大根・万能ねぎ	しめじ
20 土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・なると	牛乳
	ナムル	ほうれん草・もやし・人参	キャロットロール
	わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
22 月	ごはん	米	牛乳
	生姜焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜	フルーツ寒天
	いんげんのおかか和え	いんげん・キャベツ・人参・かつおぶし	みかん缶・もも缶
	味噌汁 / 果物	白菜・万能ねぎ・えのき	寒天
23 火	スパゲティミートソース	スパゲティ・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	ポップコーン
	コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ	コーン・バター
24 水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳
	鮭の塩焼き	鮭	オートミールバー
	★治部煮	鶏肉・人参・椎茸・ほうれん草・麩	オートミール・レーズン
	けんちん汁(備蓄) / 果物	大根・人参・ごぼう・こんにゃく・椎茸・じゃが芋・麩・油揚げ・わらび・鶏肉	バナナ・バター・はちみつ
25 木	㊦ーランチ		牛乳
	わかめごはん	米・炊き込みわかめ	クレープ
	ミートボール	豚挽肉・玉ねぎ・卵・パン粉	小麦粉・牛乳・卵
	ボイル野菜	ブロッコリー・人参・マヨネーズ	バナナ・生クリーム
	ジュリエンスープ / 果物	キャベツ・人参・玉ねぎ・ベーコン	
26 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	きな粉トースト
	華風野菜	胡瓜・大根	食パン・きな粉・バター
	味噌汁 / 果物	玉ねぎ・厚揚げ・わかめ	
27 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	デュラムファイン
	オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・しめじ・パセリ	
29 月	ハヤシライス	アルファ米(備蓄)・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・ルウ	牛乳
	トマトサラダ	トマト・胡瓜・わかめ・かまぼこ・中華ドレ	メロンパン
	果物		
30 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
	そら豆のサラダ	そら豆・胡瓜・トマト・チーズ・ツナ・マヨネーズ	がんづき
	果物		小麦粉・重曹・黒糖・味噌 はちみつ・酢・黒ごま
31 水	ごはん	米	牛乳
	鱈のつけ焼き	鱈・にんにく(0・1歳児はカレイ)	じゃが芋のガレット
	春雨サラダ	春雨・人参・胡瓜・ハム・中華ドレ	じゃが芋・チーズ
	具沢山汁 / 果物	白菜・大根・人参・しめじ・油揚げ	片栗粉

●30日(火)、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。

★印は今月の郷土料理です。

●今月の目標栄養価

乳児 エネルギー 486kcal 蛋白質 18.7g 脂質 15.5g
 幼児 エネルギー 531kcal 蛋白質 20.6g 脂質 15.6g

