

2023年5月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼 食	材 料 名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	1 15	鮭の塩焼き じゃがいもの金平・浅漬け ふりかけごはん えのきと玉葱の味噌汁	生鮭・海水塩 じゃが芋・にんじん・なたね油・醤油・酒・みりん・素精糖 キャベツ・きゅうり・にんじん・海水塩 精白米・胚芽米・ふりかけ(卵なし) えのき・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	別皿とろみつき 野菜やわらかくゆで	クリームチーズラスク 食パン(卵なし)・クリームチーズ・パセリ	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	マーボー豆腐・大根華風和え 豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・にんじん・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・ 素精糖・片栗粉 だいこん・きゅうり・にんじん・海水塩・素精糖・米酢・ごま油 ごはん・スープ ごはんとみそ汁
火	2 16	肉みそ豆腐 五色和え ごはん 春野菜味噌汁	豆腐・薄力粉・牛ひき・玉ねぎ・にんじん・椎茸・なたね油・味噌・素精糖・片栗粉・小松菜 だいこん・きゅうり・にんじん・油揚げ・塩蔵わかめ・ごま・米酢・醤油・海水塩 精白米・胚芽米 キャベツ・じゃが芋・にんじん・青菜・煮干し・味噌・かつおだし	野菜やわらかくゆで	フルーツ蒸しパン 薄力粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・素精糖・全粒粉・ 豆乳・みかん缶・パイナップル缶・干しぶどう	麦茶 梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・海苔	煮魚・にんじんといんげんのごま和え 魚・醤油・酒・素精糖・みりん・かつおだし にんじん・いんげん・ごま・ 醤油・素精糖・かつおだし 梅おにぎり・すまし汁
水	17 31 (水)	肉団子の甘酢あん かぶサラダ パン ニラスープ	豚ひき・玉葱・かつおだし・パン粉・卵・海水塩・米酢・素精糖・醤油・ケチャップ・片栗粉 かぶ・かぶの葉・きゅうり・はたて缶・マヨネーズ・海水塩 プレーンボール(卵・乳なし) ニラ・玉葱・えのき・青菜・海水塩・醤油・片栗粉・かつおだし・こんぶだし	野菜やわらかくゆで 食パンスティックつき	納豆ごはん 精白米・胚芽米・納豆・豚ひき・長葱・なたね油・ 味噌・醤油	大学芋 さつまいも・なたね油・素精糖・醤油・ごま	味噌煮込みうどん・大学芋 干しうどん・鶏ひき・油揚げ・キャベツ・長葱・にんじん・椎茸・青菜・酒・味噌・ かつおだし くだもの
木	18 29 (月)	ブリの照り焼き 肉じゃが ごはん キャベツとアスパラ味噌汁	ぶり・醤油・酒・みりん 豚ひき・じゃが芋・玉葱・にんじん・白滝・絹さや・素精糖・酒・醤油・なたね油 精白米・胚芽米 キャベツ・にんじん・アスパラ・味噌・煮干し・かつおだし	別皿とろみつき	マカロニラザニア風 マカロニ・豚ひき・玉葱・にんじん・グリーンピース・バター・ トマトピューレ・薄力粉・かつおだし・海水塩・パン粉・チーズ	しらすと油揚げおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ・海水塩・ 醤油・みりん・ごま	味噌ハンバーグ・ひじきの煮物 豚ひき・玉葱・味噌・パン粉・海水塩 ひじき・干し椎茸・にんじん・油揚げ・隠元・ 菜種油・素精糖・醤油・酒・みりん しらすと油揚げごはん・すまし汁
金	19 30 (火)	チキンカレー アスパラごま和え 豆腐とわかめの味噌汁	精白米・胚芽米・鶏肉・じゃがいも・玉葱・人参・ピーマン・しめじ・なたね油・海水塩・バター・薄力粉・カレー粉・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳 アスパラ・にんじん・ごま・素精糖・醤油・かつおだし 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	ひき肉 野菜やわらかくゆで	やきいも さつまいも	ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶・生姜・万能ねぎ・ にんじん・ごま・醤油	魚の衣焼き・キャベツのゆかり和え 魚・素精糖・醤油・酒・生姜・薄力粉・なたね油 キャベツ・きゅうり・にんじん・海水塩・ゆかり ツナごはん・スープ
土	6 20	肉うどん ポテトサラダ ゼリー	干しうどん・かつおだし・長葱・豚もも・万能ねぎ・味噌 じゃがいも・にんじん・マヨネーズ・海水塩・⑥きゅうり・⑩アスパラ 100%ストレートジュース・素精糖・アガー	肉とろみ 野菜やわらかくゆで	⑥ラスク ⑩おにぎり ⑥パン・バター・素精糖 ⑩精白米・胚芽米・しそわかめ くだもの・牛乳・一口チーズ		
月	8 22	さわらの味噌マヨネーズ焼き 切干大根煮 ごはん 麩とふのりの味噌汁	さわら・酒・にんじん・ピーマン・マヨネーズ・味噌 切干大根・いんげん・干し椎茸・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・みりん 精白米・胚芽米 麩・ふのり・青のり・万能ねぎ・煮干し・かつおだし・味噌	別皿とろみつき	ポテトのチーズ焼き じゃがいも・バター・チーズ・パセリ・海水塩	ジャムラスク 食パン(卵なし)・ジャム	鶏肉のトマトソース煮・豆菜サラダ 鶏肉・玉葱・にんにく・マッシュルーム缶・コーン・パセリ・なたね油・トマトピューレ・ 海水塩・豆乳・片栗粉 大豆缶・人参・まぐろ缶・ごま・米酢・素精糖・醤油・ごま油 パン・スープ
火	9 23	豆腐のカレーボール揚げ きゅうりとアスパラのサラダ ごはん 油揚げともやしの味噌汁	豆腐・ひじき・にんじん・豚ひき・カレー粉・海水塩・醤油・パン粉・片栗粉・卵・米油 アスパラ・にんじん・きゅうり・キャベツ・コーン・ごま・素精糖・米酢・海水塩・なたね油 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌・かつおだし	野菜やわらかくゆで	きなこキャラメル麩 麩・バター・素精糖・きなこ	肉味噌おにぎり 精白米・胚芽米・鶏ひき・青菜・味噌・みりん・ なたね油	魚の生姜焼き・にんじんのごま和え 魚・生姜・醤油・みりん・なたね油 にんじん・なたね油・ごま・味噌・みりん 肉味噌ごはん・すまし汁
水	10 24	かじきの焼肉ダレ 五目金平 ごはん ニラと豆腐の味噌汁	かじき・薄力粉・片栗粉・なたね油・にんにく・醤油・みりん・素精糖・ごま油・ごま れんこん・にんじん・ごぼう・ピーマン・糸こんにゃく・ごま・菜種油・素精糖・みりん・醤油 精白米・胚芽米 ニラ・玉葱・豆腐・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	じゃがいも入り 野菜やわらかくゆで	お好み焼き 薄力粉・キャベツ・桜えび・卵・青のり・かつおだし・ 海水塩・菜種油・ウスターソース・ケチャップ・長芋	ブルーベリーサンド 食パン(卵なし)・ブルーベリージャム	鶏肉と豆腐の味噌炒め・わかめもやしの酢の物 鶏ひき・玉葱・にんじん・ピーマン・豆腐・味噌・みりん・なたね油 もやし・きゅうり・塩蔵わかめ・ごま・醤油・米酢 ごはん・スープ
木	11 25	ポークビーンズ 貝柱サラダ パン かぶとコーンクリームスープ	乳児)豚ひき・玉葱・かつおだし・パン粉/幼児)豚もも・玉葱・大豆・にんじん・グリーンピース・菜種油・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース・海水塩 だいこん・きゅうり・にんじん・はたて缶・なたね油・米酢・海水塩・醤油 プレーンボール(卵・乳なし) かぶ・玉葱・クリームコーン缶・菜種油・海水塩・かつおこんぶだし・牛乳・豆乳・片栗粉	肉団子 野菜やわらかくゆで 食パンスティックつき	わかめごはん 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	ポテトフライ じゃが芋・なたね油・海水塩・青のり	きつねうどん・ポテトフライ 干しうどん・にんじん・玉葱・干し椎茸・かつおだし・醤油・みりん・海水塩・生揚げ・ 醤油・素精糖 くだもの
金	12 26	三色ごはん ひじきとポテトのごま和え 麩とわかめのすまし汁	精白米・胚芽米・鶏ひき・素精糖・醤油・ほうれん草・かつおだし・醤油・削り節・にんじん・素精糖・海水塩 ひじき・かつおだし・じゃがいも・きゅうり・ごま・素精糖・海水塩 麩・塩蔵わかめ・長葱・青菜・醤油・海水塩・こんぶかつおだし	野菜やわらかくゆで	ツナとコーンのラスク 食パン(卵なし)・まぐろ缶・コーン・玉葱・マヨネーズ	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	魚の香味焼き・昆布ドレッシング煮 魚・長葱・ごま・生姜・酒・醤油・なたね油 刻み昆布・にんじん・いんげん・コーン・ ごま油・醤油・米酢・素精糖 ゆかりごはん・味噌汁
土	13 27	五目うどん こふきいも フルーツヨーグルト	干しうどん・油揚げ・豚ひき・ごぼう・にんじん・椎茸・長葱・青菜・醤油・海水塩・酒・かつおだし・こんぶだし じゃがいも・海水塩・青のり ヨーグルト・上白糖・みかん缶・もも缶・干しぶどう		パン・小魚 ソフトフランス生地/バターロール生地パン・ジャム 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 5月は連休のため、献立の並び順が変則的です。ご確認ください。 保育園では毎朝、かつおぶしからかつおだしをとっています。(献立に よって煮干しだし、こんぶだしも。)良い香りが朝充滿しています。	

* 乳児)エネルギー426kcal たんぱく質17.4g 脂質13.5g

* 幼児)エネルギー547kcal

たんぱく質22.3g 脂質17.4g

* 0才児クラスのみ 9時おやつの牛乳(豆乳)があります。 * 3時のおやつの牛乳は豆乳入りです

* 材料の関係で献立が変更になることもあります。