

# 2021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 24	チキンカレー アスパラのごま和え 豆腐とわかめの味噌汁	精白米・胚芽米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ピーマン・しめじ・油・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	ひき肉	チョコサンド 食パン・コンスターチ・素精糖・ココア・牛乳・豆乳  くだもの・牛乳	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ  麦茶	魚のあんかけ・いんげんのかつお煮 魚・片栗粉・油・人参・椎茸・玉葱・ピーマン・ケチャップ・酢・醤油・片栗粉 いんげん・醤油・砂糖・みりん わかめごはん・すまし汁
火 25	鮭の塩焼き 肉じゃが ごはん キャベツアスパラ味噌汁	鮭・塩・油 豚ひき・じゃがいも・玉葱・にんじん・白滝・いんげん・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	とろみつき	マカロニラザニア風 マカロニ・バター・豚ひき・玉葱・人参・グリーンピース・ 薄力粉・トマトピューレ・かつおだし・油・塩・パン粉・チーズ くだもの・牛乳	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき肉・人参・醤油 砂糖・酒・味噌・塩・油・にんにく・ごま 麦茶	豆腐のかりんとう・キャベツの塩昆布和え 木綿豆腐・片栗粉・油・みりん・黒砂糖・醤油・水 キャベツ・塩昆布 焼肉ごはん・スープ
水 26	肉みそ豆腐 五色和え ごはん 春野菜の味噌汁	豆腐・薄力粉・牛ひき・玉葱・にんじん・椎茸・油・味噌・素精糖・片栗粉・青菜 だいこん・油揚げ・きゅうり・にんじん・塩蔵わかめ・ごま・酢・醤油・塩 精白米・胚芽米 じゃがいも・キャベツ・にんじん・青菜・煮干し・味噌	野菜ゆでる	いもけんぴ さつまいも・メープルシロップ・油  くだもの・牛乳	和風ラスク 食パン・マーガリン・青のり・ごま  麦茶	魚の香味焼き・きゅうりのひじき和え 魚・油・長葱・生姜・醤油・酒・ごま きゅうり・ひじき・醤油・塩・ごま ゆかりごはん・すまし汁
木 27	ポークビーンズ 貝柱サラダ ひじきパン 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・なたね油・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース・塩 大根・きゅうり・にんじん・アスパラ・ほたて缶・なたね油・酢・塩・醤油 ひじきパン(卵なし) かぶ・玉葱・クリームコーン缶(ペースト)・なたね油・塩・片栗粉・かつおだし	肉団子	納豆ごはん 精白米・胚芽米・ひきわり納豆・豚ひき・長葱・油・ 味噌・醤油 くだもの・牛乳 <b>カミカミDAY</b>	ポテトフライ じゃがいも・油・塩・青のり  麦茶	煮込みうどん・ポテトフライ 干しうどん・豚肉・ごぼう・キャベツ・椎茸・人参・長葱・青菜・醤油・塩  くだもの
金 28	かじきの焼肉だれ 五目きんぴら ごはん にらと豆腐の味噌汁	かじき・薄力粉・片栗粉・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・こんにやく・ごま・なたね油・じゃが芋(乳児のみ) 精白米・胚芽米 にら・玉葱・豆腐・青菜・味噌・煮干し	とろみつき	ツナとコーンのラスク 食パン・ツナ缶・コーン・玉葱・マヨネーズ  くだもの・牛乳	さつま芋しらすおにぎり 精白米・胚芽米・さつまいも・しらす・塩 ごま 麦茶	味噌ハンバーグ・切干大根のはりはり漬け 豚ひき肉・玉葱・味噌・パン粉・塩 切干大根・人参・刻み昆布・醤油・酢・かつおだし さつまいもしらすごはん・スープ
土 15 29	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・塩・酒 じゃがいも・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パン/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) 牛乳・くだもの		
月 31	三色ごはん ひじきとポテトのごま和え わかめスープ	精白米・胚芽米・鶏ひき・素精糖・醤油・ほうれんそう・かつおだし・醤油・削り節・にんじん・素精糖・塩 ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃがいも・ごま・塩・素精糖 わかめ・長葱・青菜・ごま・醤油・塩・かつおだし	きゅうりゆで	はちみつマフィン ホットケーキミックス(5/17のみ)・小麦粉・砂糖・卵 ベーキングパウダー・バター・牛乳・はちみつ くだもの・牛乳	かぼちゃコーンカップ かぼちゃ・砂糖・レーズン・牛乳 コーンカップ 麦茶	ジャージャー麺・かぼちゃ茶巾 中華麺・豚ひき肉・玉葱・生姜・醤油・砂糖・みりん・油・きゅうり  スープ・くだもの
火 18	鯛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	鯛・酒・にんじん・ピーマン・マヨネーズ・味噌 切干大根・にんじん・干し椎茸・油揚げ・油・素精糖・醤油・みりん・いんげん 精白米・胚芽米 麩・ふのり・あおさのり・青菜・万能ねぎ・煮干し・味噌	とろみつき	焼きビーフン(乳児 焼きうどん) 干しうどん(乳児)・ビーフン(幼児)・えび・豚ひき・玉葱・ 人参・ピーマン・椎茸・塩・ごま油・醤油 くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・かつお節・醤油・ごま・のり  麦茶	揚げだし豆腐のあんかけ・ごまポテト 木綿豆腐・片栗粉・小麦粉・油・豚ひき肉・人参・干し椎茸・長葱・醤油・砂糖 酒・片栗粉 じゃがいも・ごま・青のり・塩 おかかおにぎり・すまし汁
水 19	豆腐のカレーボール揚げ アスパラのお浸し ふりかけごはん 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・塩・醤油・パン粉・片栗粉・卵・なたね油・米油 アスパラ・にんじん・削り節・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・ふりかけ 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌		さつまいものチーズ焼き さつまいも・バター・とろけるチーズ・バセリ・塩  くだもの・牛乳	ジャムラスク 食パン・ジャム  麦茶	魚のキャベツソース・かぼちゃサラダ 魚・小麦粉・バター・牛乳・塩 かぼちゃ・人参・きゅうり・塩・アレルギー用マヨネーズ・オリーブオイル 食パン・スープ
木 20	煮込みハンバーグ かぶサラダ ごはん ニラスープ	豚ひき肉・牛ひき肉・玉葱・パン粉・かつおだし・卵・塩・油・ケチャップ・ウスターソース・かつおだし・片栗粉 かぶ・かぶ菜・きゅうり・ほたて缶・マヨネーズ・塩 精白米・胚芽米 ニラ・玉葱・えのき・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし	きゅうりゆで	かやくごはん 精白米・胚芽米・にんじん・ごぼう・干し椎茸・油揚げ 白滝・みりん・醤油・塩 くだもの・牛乳 <b>カミカミDAY</b>	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・ツナ缶・玉葱・醤油・みりん のり・油 麦茶	魚の衣焼き・大根ときゅうりの梅おかか和え 魚・砂糖・醤油・酒・生姜・小麦粉・油 大根・きゅうり・梅びしお・かつお節・砂糖・酢・醤油・かつおだし 和風ツナごはん・味噌汁
金 21	ぶりの照り焼き じゃがじゃこ金平 ごはん ずいき味噌汁	ぶり・醤油・酒・みりん・油 じゃがいも・にんじん・いんげん・しらす・なたね油・醤油・酒・素精糖 精白米・胚芽米 ずいき・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	とろみつき	コンコンブル 強力粉・全粒粉・バター・牛乳・砂糖・青のり・ごま ドライイースト くだもの・牛乳	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・砂糖・塩  麦茶	鶏肉のごま味噌焼き・高野豆腐の煮物 鶏もも肉・味噌・砂糖・醤油・酒・ごま・油 高野豆腐・人参・干し椎茸・いんげん・砂糖・醤油・塩・みりん ごはん・すまし汁
土 22	肉うどん アスパラポテトサラダ ゼリー	干しうどん・かつおだし・長葱・豚ひき・万能ねぎ・味噌 じゃがいも・にんじん・アスパラ・マヨネーズ・塩 100%ジュース・水・素精糖・アガー		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・ マーガリン・素精糖 ーロチーズ くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 今年度より塩分量を減らす為に味噌汁は煮干し+昆布orかつおだし、 スープは昆布+かつおだしのWだしで旨味をUPさせています。	

\* 幼児)エネルギー573kcal たんぱく質22.5g 脂質17.9g \* 乳児)エネルギー443kcal たんぱく質17.5g 脂質14.0g

\* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(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。