

# 2022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	16 30	三色ごはん ひじきとポテのごま和え 麩とわかめのすまし汁	精白米・胚芽米・鶏ひき・素精糖・醤油・ほうれんそう・かつおだし・削り節・にんじん ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃがいも・ごま・塩・素精糖 麩・塩蔵わかめ・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし・こんぶだし		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・みかん缶・ パインアップル缶・干しぶどう・豆乳・全粒粉 くだもの・牛乳	しらすと油揚げおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・油揚げ・塩・醤油・ みりん・ごま 麦茶	魚の生姜焼き・かぶの煮物 魚・生姜・醤油・みりん・油 かつぶ・青菜・にんじん・生揚げ・素精糖・みりん・醤油 しらすと油揚げごはん・味噌汁
火	17 31	豆腐のカレーボール揚げ きゅうりアスパラサラダ 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・塩・醤油・パン粉・片栗粉・卵・米油 きゅうり・アスパラ・にんじん・キャベツ・コーン缶・ごま・素精糖・米酢・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・かつおだし・味噌	野菜ゆで	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 くだもの・牛乳	こんぶおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶ・醤油・素精糖・ みりん・醤油・酒・ごま 麦茶	鶏むね肉の塩唐揚風・じゃがいもの炒め煮 鶏むね肉・酒・塩・素精糖・アレルギー用マヨネーズ・生姜・にんにく・片栗粉・なたね油 じゃがいも・いんげん・にんじん・なたね油・素精糖・醤油 こんぶごはん・スープ
水	18	かじきの焼肉ダレ 五目きんぴら 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・白滝・ごま・なたね油・素精糖・みりん・醤油・乳児)じゃがいも 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	ポテのチーズ焼き じゃがいも・バター・チーズ・パセリ・塩 くだもの・牛乳	豚飯おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・たけのこ・にんじん・ 青菜・鮭・醤油・塩・ごま油 麦茶	豆腐のかりんとう・わかめときゅうりのごま酢和え 豆腐・片栗粉・なたね油・みりん・黒砂糖・醤油・水 塩蔵わかめ・きゅうり・ごま米酢・素精糖・塩・かつおだし(乳児だししょうゆ) 豚飯・スープ
木(月)	2 19	ポークビーンズ 貝柱サラダ 2日わかめごはん 19日バターロール かぶとコーンクリームスープ	0歳～2歳児)豚ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・片栗粉(幼児)豚肉・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・ だいこん・きゅうり・にんじん・ほたて缶・なたね油・米酢・塩・醤油 ケチャップ・ウスターソース・塩 2日)精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 19日)バターロール(卵入り) かぶ・玉葱・コーンペースト缶・菜種油・塩・片栗粉・牛乳・豆乳・とりがらだし・かつおだし	肉団子 野菜ゆで 食パンスティック付き	かやくごはん 精白米・胚芽米・にんじん・ごぼう・乾燥シタケ・ 油揚げ・白滝・みりん・醤油・塩 くだもの・牛乳	さつまいもりんごカップ さつまいも・りんご・素精糖・バター・ アイスコーン(卵・乳なし) 麦茶	マーボー丼・さつまいもりんご茶巾 精白米・胚芽米・豆腐・豚ひき・長葱・にんじん・生姜・にんにく・味噌・醤油・ 酒・片栗粉・なたね油 くだもの・味噌汁
金	6 20	ぶりの照り焼き 肉じゃが ごはん きゃべつとアスパラの味噌汁	ぶり・醤油・酒・みりん 豚ひき・じゃがいも・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・アスパラガス・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・ペンネ・バター・豚ひき・玉葱・人参・薄力粉 グリーンピース・トマトピューレ・かつおだし・なたね油・パン粉・チーズ くだもの・牛乳	ジャムサンド 食パン(卵なし)・ジャム 麦茶	生揚げのそぼろ煮・青菜とじゃこのごま和え 生揚げ・素精糖・醤油・かつおだし・にんじん・玉葱・鶏ひき・なたね油・ 素精糖・醤油・かつおだし・片栗粉 小松菜・しらす・長葱・ごま・米酢・醤油 ゆかりごはん・すまし汁
土	7 21	鶏南蛮うどん こふき芋 フルーツヨーグルト	干しうどん・鶏ひき・長葱・にんじん・青菜・醤油・塩・かつおだし・昆布だし じゃが芋・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		
月	9 23	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・なたね油・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・青名・味噌・煮干し・かつおだし	ひき肉	さつまいもすいとん 薄力粉・白玉粉・さつまいも・水・豚ひき・人参・椎茸・ キャベツ・青菜・醤油・塩・酒・かつおだし・昆布だし 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	高野豆腐のオランダ煮・きゅうりの梅肉和え 高野豆腐・片栗粉・なたね油・にんじん・素精糖・醤油・味噌・かつおだし きゅうり・塩・梅びしお わかめごはん・すまし汁
火	10 24	鮭の塩焼き じゃが芋の金平・浅漬け ふりかけごはん えのきと玉葱の味噌汁	生鮭・塩 じゃが芋・人参・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・塩・かつおだし 精白米・胚芽米・ふりかけ(卵・乳なし) えのき・玉葱・青名・味噌・煮干し・かつおだし	別皿とろみつき 野菜ゆで	コンコンブル 強力粉・全粒粉・バター・牛乳・素精糖・ごま・青のり・ ドライイースト くだもの・牛乳	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・にんじん・刻み昆布・ 油揚げ・醤油 麦茶	味噌ハンバーグ・わかめと豆腐のサラダ 豚ひき・玉葱・味噌・パン粉・塩・かつおだし 豆腐・塩蔵わかめ・トマト・塩・米酢・醤油・なたね油・素精糖 夕焼けごはん・スープ
水	11 25	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・玉葱・にんじん・椎茸・なたね油・味噌・素精糖・片栗粉・小松菜 油揚げ・だいこん・きゅうり・にんじん・塩蔵わかめ・ごま・米酢・醤油・塩 精白米・胚芽米 キャベツ・にんじん・じゃがいも・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	野菜ゆで	スイートポテト さつまいも・牛乳・バター・素精糖 くだもの・牛乳	じゃこトースト 食パン・しらす・アレルギーマヨネーズ・ パセリ 麦茶	魚のかわりパン粉焼き・マカロニサラダ 魚・塩・なたね油・アレルギー用マヨネーズ・ケチャップ・パン粉 マカロニ・きゅうり・たまねぎ・コーン・アレルギー用マヨネーズ・塩・醤油 じゃこトースト・スープ
木	12 26	肉団子の甘酢あん かぶサラダ バターロール ニラスープ	ぶたひき・玉葱・かつおだし・パン粉・卵・塩・米酢・素精糖・醤油・片栗粉・かつおだし・ケチャップ かぶ・かぶ葉・きゅうり・ほたて缶・マヨネーズ・塩 バターロール(卵・乳入り) ニラ・玉葱・えのき・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし・こんぶだし	酢なし、揚げず煮る	納豆ごはん 精白米・胚芽米・ひきわり納豆・豚ひき・長葱・なたね油・ 味噌・醤油 くだもの・牛乳	ポテトフライ じゃがいも・なたね油・塩・青のり 麦茶	あんかけ丼・ポテトフライ 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・干し椎茸・玉葱・グリーンピース・醤油・みりん・ 片栗粉・かつおだし くだもの・味噌汁
金	13 27	高野豆腐のケチャップ煮 切干大根煮 ごはん 麩とふのりの味噌汁	高野豆腐・片栗粉・なたね油・玉葱・ピーマン・生姜・にんにく・ごま油・水・素精糖・酒・トマトケチャップ 切干大根・にんじん・干し椎茸・なたね油・素精糖・醤油・みりん・いんげん 精白米・胚芽米 麩・ふのり・青さのり・万能ねぎ・煮干し・かつおだし・味噌		チョコサンド 食パン(卵なし)・コーンスターチ・素精糖・ココア・ 牛乳・豆乳 くだもの・牛乳	梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・海苔 麦茶	魚の衣焼き・キャベツの土佐酢和え 魚・素精糖・醤油・酒・生姜・薄力粉・なたね油 キャベツ・にんじん・塩・醤油・米酢・素精糖・削り節 梅おにぎり・すまし汁
土	14 28	肉うどん ナムル ゼリー	干しうどん・かつおだし・長葱・豚肉・万能ねぎ・味噌 もやし・きゅうり・じゃがいも・ごま・ごま油・米酢・醤油・素精糖・塩 100%ストレートジュース・水・素精糖・アガー	肉刻む 野菜ゆで	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 一口チーズ くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 新緑の季節ですね。遊歩道の木々も生き生き としています。5月が旬の野菜はアスパラ、かぶ、新じゃが、キャベツな どです。近年天候不順で手に入りにくいですが、旬のものは栄養豊富 で美味しいです。給食にもたくさん登場します。	

\* 幼児)エネルギー549kcal たんぱく質21.8g 脂質16.6g \* 乳児)エネルギー428kcal たんぱく質16.9g 脂質13.0g  
\* 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。