



# 5月こんだて



(うさぎ) (幼児)

吉祥院こども園

熱量 548kcal タンパク質 21.3g

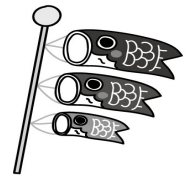
	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
11	ごはん 鶏の胡麻焼き	米 鶏もも肉 酒 醤油 みりん 白胡麻	わらびもち わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖	18	ごはん ☆春色玉子焼き	米 卵 桜でんぶ 青のり 昆布だし	りんごゼリー りんごジュース 砂糖 ゼラチン 寒天
25	大根の煮物	大根 人参 三度豆 こんにゃく 竹輪 砂糖 醤油			竹輪とわかめの炒め煮	竹輪 わかめ 人参 キャベツ 白胡麻 砂糖 醤油 胡麻油	
(月)	味噌汁	白菜 油揚げ 青葱 昆布 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	大根 しめじ 青葱 昆布 味噌	牛乳
12	☆ビビンバ風ごはん	米 法蓮草 人参 もやし 大根 醤油 塩 胡麻油 砂糖 酢 豚ミンチ 醤油 味噌 砂糖 油	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖	19	野菜うどん	うどん 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	わかめのおにぎり 米 わかめ 砂糖 醤油 白胡麻
26	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油			煮物	薩摩芋 玉葱 人参 油揚げ 三度豆5 砂糖1 醤油2	
(火)	かきたま汁	卵 玉葱 わかめ 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(火)			牛乳
27	発芽玄米ごはん コロッケ おひたし	米 発芽玄米 野菜コロッケ 油 ケチャップ キャベツ 人参 法蓮草 かまぼこ 花鰹 砂糖 醤油	鯉ポーロ バナナ	20	豆ごはん 鮭の西京焼き 切り干し大根	米 えんどう豆 塩 酒 昆布 鮭 白味噌 酒 切り干し大根 人参 さつま揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油	五穀パン
(水)	味噌汁	アスパラ もやし なめこ 昆布 味噌	牛乳	(水)	澄まし汁	豆腐 筍 わかめ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
14	ごはん 煮魚	米 鯖 砂糖 醤油 酒 みりん	サーターアンダギー 小麦粉 卵 牛乳 黒砂糖 ラード 油 ベーキングパウダー	7 21	ごはん 鶏じゃが 昆布	米 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 昆布	お好み焼き 小麦粉 キャベツ 豚肉 卵 長芋 だし 花鰹 青のり ソース
28	☆豆腐とひじきの炒め煮	豆腐 ひじき 蓮根 人参 グリンピース 油揚げ 油 砂糖 醤油	牛乳	(木)	味噌汁	ソーメン なめこ 法蓮草 昆布 味噌	牛乳
(木)	味噌汁	麩 法蓮草 人参 昆布 味噌	牛乳				
1	ハヤシライス	米 牛肉 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 ハヤシルウ コンソメ 小麦粉 油	ヨーグルト	8	ごはん 豚肉とふきと野菜の たいたん	米 豚肉 大根 ふき 人参 蓮根 油揚げ 玉葱 砂糖 醤油 油	おからケーキ 小麦粉 卵 おから 砂糖 レーズン ベーキングパウダー マーガリン
15	野菜サラダ	キャベツ 胡瓜 人参 ハム チーズ 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ミニフィッシュ	22	ゴールドキウイ	キウイ	牛乳
29			牛乳	(金)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 青梗菜 昆布 味噌	牛乳
(金)							
2	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 かまぼこ 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	ぶどうパン	9	カレーうどん	うどん 豚肉 玉葱 人参 青葱 カレールウ 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 片栗粉	バターロール
16	野菜の煮物	南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油	牛乳	23	じゃが芋の胡麻煮	じゃが芋 砂糖 醤油 すり胡麻	
30				(土)			牛乳

備  
考

13日(水)お弁当保育20日(水)保育参加  
 ☆カスタードプリン \*豆ごはん 米 えんどう豆 塩 酒 昆布  
 牛乳 卵 砂糖 \*鮭の西京焼き 鮭 白味噌 酒  
 水 湯 \*切り干し大根 切干大根 人参 さつま揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油  
 \*澄まし汁 豆腐 筍 わかめ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油  
 \*牛乳 (おやつ)  
 \*五穀パン  
 \*牛乳



27日(水)お誕生日会  
 \*発芽玄米ごはん 米 発芽玄米  
 \*コロッケ 野菜コロッケ 油 ケチャップ  
 \*おひたし キャベツ 人参 法蓮草 かまぼこ 花鰹 砂糖 醤油  
 \*味噌汁 アスパラ もやし なめこ 昆布 味噌  
 (おやつ)  
 \*鯉ポーロ  
 \*バナナ \*牛乳



\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

☆がついているのは新メニューになります。