



5月こんだて



(あひる)

熱量 451kcal タンパク質 17.7g

吉祥院こども園

献立		材	料	お	やつ	献立		材	料	お	やつ	
11	ごはん 鶏の照り煮	米	鶏もも肉 砂糖 醤油	わらびもち		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		
25	大根の煮物	大根 人参 三度豆 砂糖 醤油		わらび粉 砂糖			煮物	南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油		りんごジュース		
(月)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 味噌		水 きな粉 砂糖		(月)	味噌汁	大根 青葱 昆布 味噌		砂糖 ゼラチン		
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				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		寒天		
26	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油		牛乳			煮物	薩摩芋 玉葱 人参 三度豆5 砂糖1 醤油2		わかめのおにぎり		
(火)	かきたま汁	卵 玉葱 わかめ 人参 昆布 鰹節 薄口醤油		シュガーラスク		(火)				米 わかめ 砂糖		
27	ごはん じゃが芋のおやき	米	じゃが芋 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 片栗粉	食パン マーガリン		20	ごはん 鮭の西京焼き	米 えんどう豆		醤油 白胡麻		
	おひたし	キャベツ 人参 法蓮草 花鰹 砂糖 醤油		グラニュー糖			切り干し大根	鮭 白味噌 酒				
(水)	味噌汁	アスパラ もやし 昆布 味噌		バナナ		(水)	澄まし汁	切り干し大根 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油		五穀パン		
14	ごはん 煮魚	米	鯖 砂糖 醤油 酒 みりん	鯉ポーロ		7	ごはん	豆腐 わかめ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油		牛乳		
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 砂糖 醤油		ホットケーキ		21	鶏じゃが	米 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油		お好み焼き		
(木)	味噌汁	麩 法蓮草 人参 昆布 味噌		小麦粉 卵 牛乳			昆布	油		小麦粉 キャベツ		
1	ごはん クリームシチュー	米	豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ	ベーキングパウダー		(木)	味噌汁	ソーメン 法蓮草 昆布 味噌		豚肉 卵 長芋		
15	野菜サラダ	キャベツ 胡瓜 人参 チーズ 砂糖 醤油 酢 胡麻油		牛乳						だし 花鰹 青のり		
29						(金)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 青梗菜 昆布 味噌		ソース		
(金)						8	ごはん	豚肉 とふきと野菜の		牛乳		
2	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 青葱 昆布 鰹節 砂糖		トースト		22	・ たいたん	豚肉 大根 ふき 人参 蓮根 玉葱 砂糖 醤油 油		おからケーキ		
16	野菜の煮物	南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油		ぶどうパン			ゴールドキウイ	キウイ		小麦粉 卵 おから		
30						(金)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 青梗菜 昆布 味噌		砂糖 レーズン		
(土)						9				ベーキングパウダー		
						23	じゃが芋の胡麻煮	じゃが芋 砂糖 醤油 すり胡麻		マーガリン		
						(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 *ごはん 米 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 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 *ごはん 米 *じゃが芋のおやき じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉 *おひたし キャベツ 人参 法蓮草 花鰹 砂糖 醤油 *味噌汁 アスパラ もやし 昆布 味噌 (おやつ) *鯉ポーロ *バナナ *牛乳 *保育園では、あひるぐみは、発芽玄米、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ) ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。					

* 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。

