



5月こんだて



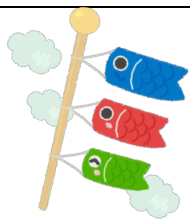
熱量 404 kcal タンパク質 16.7 g

(あひる)

吉祥院こども園

| | 献立 | 材 料 | お や つ | | 献立 | 材 料 | お や つ |
|-----|--------------|-------------------------------|---------------|-----|---------------|-------------------------------|-------------|
| 1 | ごはん | 米 | ひじきおにぎり | 8 | ごはん | 米 | わらびもち |
| | ・ パーベキューチキン | 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 | 米 ひじき 砂糖 | | ・ 麻婆豆腐 | 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 | わらび粉 砂糖 |
| 15 | | | 醤油 人参 | ・ | ・ 片栗粉 油 | | 水 きな粉 砂糖 |
| | ・ 野菜のソテー | キャベツ 人参 玉葱 アスパラ スナップえんどう コンソメ | | 22 | 中華胡瓜 | 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 | |
| 29 | | 薄口醤油 油 | | (月) | 澄まし汁 | ソーメン 人参 昆布 鰹節 薄口醤油 | 牛乳 |
| (月) | 味噌汁 | 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 | | | | |
| 2 | ごはん | 米 | りんごゼリー | 9 | ごはん | 米 | シュガーサンド |
| | ・ 豚じゃが | 豚ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 | りんご果汁 砂糖 | | ・ ☆鮭のかき揚げ(焼き) | 鮭 ごぼう 人参 玉葱 じゃが芋 小麦粉 片栗粉 卵 油 | 食パン マーガリン |
| 16 | | 油 | 寒天 ゼラチン | ・ | ・ 酢の物 | 白菜 胡瓜 人参 わかめ 白胡麻 酢 砂糖 醤油 | グラニュー糖 |
| | ・ 三度豆の醤油マヨ和え | 三度豆 醤油 マヨネーズ | りんご | 23 | | | |
| 30 | | | | (火) | 味噌汁 | 麩 玉葱 小松菜 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 |
| (火) | 味噌汁 | 豆腐 小松菜 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 | | | | |
| 17 | 和風うどん | うどん ツナ 玉葱 人参 法蓮草 醤油 マーガリン | (17日)フレンチトースト | | ケチャップライス | 米 玉葱 人参 ピーマン コーン ケチャップ コンソメ | フルーツ盛り合わせ |
| | ・ 切干大根のサラダ | 切干大根 胡瓜 人参 トマト チーズ 砂糖 醤油 酢 | 食パン 卵 牛乳 | 24 | 鶏の胡麻焼き | 鶏もも肉 酒 醤油 みりん 白胡麻 | ゴールデンキウイ |
| 31 | | 胡麻油 | 砂糖 マーガリン | | ポテトサラダ | じゃが芋 胡瓜 人参 玉葱 油 酢 砂糖 醤油 胡麻油 | りんご オレンジ |
| (水) | コンソメスープ | 玉葱 アスパラ コーン コンソメ 昆布 | (31日)玄米パン | (水) | コーンスープ | 法蓮草 玉葱 人参 コーンクリーム缶 コンソメ | 鯉ボーロ |
| | | | | | | | 牛乳 |
| 18 | 豆ごはん | 米 えんどう豆 塩 酒 昆布 | マーブルケーキ | 11 | ごはん | 米 | ジャム蒸しパン |
| | ・ お好み焼き風玉子焼き | 卵 キャベツ お好みソース 鰹節 | 小麦粉 ココア 卵 | | ・ 豚肉と野菜のたいたいん | 豚肉 大根 人参 蓮根 玉葱 砂糖 醤油 油 | 小麦粉 牛乳 卵 |
| | 大根の煮物 | 大根 人参 豆腐 砂糖 醤油 油 | 砂糖 マーガリン | 25 | ・ 南瓜煮 | 南瓜 砂糖 醤油 | 砂糖 苺ジャム |
| (木) | 味噌汁 | 薩摩芋 青葱 昆布 鰹節 味噌 | ベーキングパウダー | (木) | 味噌汁 | 白菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌 | ベーキングパウダー |
| | | | | | | | 牛乳 |
| 19 | ごはん | ごはん | 焼きポテト | 12 | ごはん | 米 | トースト |
| | ・ 煮魚 | 鯖 砂糖 醤油 酒 | じゃが芋 塩 油 | | ・ クリームシチュー | 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 油 牛乳 | 食パン |
| | 卵の花 | おから 人参 白菜 青葱 砂糖 醤油 胡麻油 みりん | | 26 | ・ (26日)そら豆 | そら豆 塩 | |
| (金) | 味噌汁 | 麩 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 | (金) | マカロニサラダ | マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 シーチキン マヨネーズ | 牛乳 |
| | | | | | | | |
| 6 | ささみうどん | うどん ささみ わかめ 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 | バターロールパン | 13 | 味噌うどん | うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし 昆布 鰹節 味噌 | スナックスティックパン |
| ・ | | | | ・ | | | |
| 20 | 薩摩芋煮 | 薩摩芋 砂糖 醤油 | 牛乳 | 27 | 煮物 | じゃが芋 大根 人参 玉葱 砂糖 醤油 | |
| (土) | | | | (土) | | | 牛乳 |

10日(水)お弁当保育
*餃子の皮ピザ
餃子の皮
ケチャップ チーズ
*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。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、あひるぐみは発芽玄米、麦、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト、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。

12日(金)らいおん
八瀬遠足
24日(水)誕生日会