

5月こんだて



熱量 419kcal タンパク質 17.0g (あひる) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
12 ・ 26 (月)	ごはん グラタン ゆで卵 味噌汁	米 鶏こま 玉葱 人参 マカロニ コーン 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ 卵 大根 青梗菜 人参 昆布 鰹節 味噌	ホットケーキ 小麦粉 牛乳 卵 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳	19 (月)	ごはん ロースチキン キャベツの煮物 味噌汁	米 鶏もも肉 玉葱 みりん 醤油 酒 キャベツ 人参 玉葱 砂糖 醤油 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳
13 ・ 27 (火)	ごはん 煮魚 酢の物 味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 キャベツ 法蓮草 胡瓜 人参 わかめ 酢 砂糖 醤油 ソーメン 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン 牛乳	20 (火)	ごはん 煮物 三度豆のおかか和え 味噌汁	米 豚肉 大根 人参 蓮根 玉葱 砂糖 醤油 油 三度豆 鰹節 醤油 豆腐 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	バナナケーキ 小麦粉 砂糖 卵 油 バナナ レモン ベーキングパウダー 牛乳
28 (水)	ケチャップライス 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの和え物 味噌汁	米 玉葱 人参 ピーマン コーン ケチャップ 塩 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 ブロッコリー 人参 玉葱 胡瓜 マヨネーズ 白菜 わかめ 昆布 鰹節 味噌	フルーツ盛り合わせ ゴールドンキウイ りんご オレンジ ビスケット 牛乳	7 ・ 21 (水)	ごはん ひじき入り玉子焼き カラフルソテー 味噌汁	米 卵 人参 玉葱 ひじき 砂糖 みりん 醤油 油 キャベツ 人参 玉葱 赤パプリカ 黄パプリカ コンソメ 油 薄口醤油 麩 玉葱 昆布 鰹節 味噌	(7)スナックスティックパン (21)五穀パン 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (木)	ごはん 手羽元の マーマレード煮 煮物 味噌汁	米 手羽元 マーマレード 醤油 南瓜 大根 玉葱 人参 砂糖 醤油 豆腐 キャベツ 人参 昆布 鰹節 味噌	ねぎ焼き 小麦粉 卵 青葱 花鰹 醤油 牛乳	8 ・ 22 (木)	ナポリタンうどん 果物 コーンスープ	うどん 油 人参 玉葱 ピーマン 醤油 コンソメ ケチャップ 粉チーズ トマト缶 バナナ オレンジ 玉葱 豆苗 クリームコーン コンソメ	おかかおにぎり 米 醤油 鰹節 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (金)	ごはん クリームシチュー (16・30)そら豆 マカロニサラダ 味噌うどん	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 牛乳 油 そら豆 塩 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 シーチキン アスパラ 砂糖 醤油 酢 胡麻油 うどん 豚肉 キャベツ 人参 もやし 昆布 鰹節 味噌	(2)こどもの日ゼリー ウエハース (16・30)オレンジゼリー オレンジ果汁 砂糖 ゼラチン 寒天 みかん缶 牛乳	9 ・ 23 (金)	豆ごはん 鮭の味噌焼き 白和え 澄まし汁	米 えんどう豆 塩 酒 昆布 鮭 味噌 酒 砂糖 醤油 白菜 人参 法蓮草 木綿豆腐 砂糖 醤油 白胡麻 薩摩芋 人参 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	わらびもち わらび粉 砂糖 水 きな粉 砂糖 牛乳
17 ・ 31 (土)	煮物 味噌うどん	じゃが芋 人参 玉葱 砂糖 醤油 牛乳	バターロールサンド バターロール 苺ジャム 牛乳	10 ・ 24 (土)	ささみうどん 南瓜煮	うどん ささみ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油 牛乳	黒糖ロールパン 牛乳
備考	14日(水)お弁当保育 フルーツヨーグルト ヨーグルト バナナ 黄桃缶 みかん缶 バイン缶 牛乳 28日(水)お誕生日会						

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。

*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、加糖ヨーグルト、ベーコン、ハム、こんにゃく、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。