



5月 保育園給食献立表



平成26年度

日曜	幼児	3未加算食	主要材料()内は乳児のみ			3時のおやつ
			油や肉や卵になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子をよくするもの	
1木	肉じゃが ポイルアスパラガス 味付けのり パナナ	ごはん	豚肉	油 新じゃが芋 砂糖 しょう油 味付けのり	新玉ねぎ 人参 白ネ んにやく アラスカ ア スパラガス パナナ	牛乳 かし
2金	サワラのお茶の葉入り天ぷら キャベツとワカメの酢の物 じゃが芋とベーコンのみそ汁	ごはん	鯖 しらす干し ベーコン みそ	小麦粉 ベーキングパウ ダー 油 砂糖 酢 しょう油 ゴマ じゃ が芋 かしわ餅	お茶葉 春キャベツ 人 参 きゅうり ワカメ 新玉ねぎ しめじ ネギ	牛乳 かしわ餅
7水	豚肉のマーマレード焼き 春雨サラダ 麩とワカメのすまし汁	ごはん	豚肉 ロースハ ム	マーマレード しょう 油 砂糖 酢 デンプ ン春雨 ゴマ ゴマ油 麩	人参 もやし きゅうり ひじき ワカメ 小松菜	牛乳 かし
8木	タイのおろし煮チンゲン菜添え うの花の炒り煮 鉄強化ふりかけ 果物	ごはん	鯖 おから 卵 抜ちくわ 油揚 げ	砂糖 しょう油 ゴマ 油 鉄強化ふりかけ	大根 チンゲン菜 人参 ごぼう 角こんにやく ネギ 果物 そら豆	牛乳 そら豆 かし
9金	春野菜の中華スープ 鶏レバーの照り煮 粉ふき芋	ごはん	豚肉 イカ エ ビ 鶏レバー	デンプン春雨 油 コンソメ ゴマ油 しょう 油 片栗粉 砂糖 みりん 新じゃが芋 小麦粉 片栗粉 粉砂 糖	春キャベツ 新玉ねぎ 人参 もやし たけのこ キクラゲ しいたけ ニ ラ チンゲン菜 生姜	牛乳 サクサククッキー
10土	お弁当デー 親子遠足					
12月	鶏肉の変わり揚げ 切干大根の酢の物 トマト パナナ	ごはん	鶏肉 しらす干 し チーズ	しょう油 小麦粉 片 栗粉 油 砂糖 酢 ゴマ	生姜 レモン ケチャッ プ 切干大根 人参 セ ロリ トマト パナナ	牛乳 チーズ かし
13火	サケのムニエルタルタルソース添え スナップえんどうの塩茹で 春野菜スープ	ごはん	鯖 卵 豆腐	オリーブ油 コンソメ マヨネーズ 油	新玉ねぎ セロリ パセ リ スナップえんどう 春キャベツ 人参 タケ ノコ しめじ チンゲン 菜	牛乳 かし
14水	ポークカレーシチュー フレンチサラダ 福神漬	ごはん	豚肉 ロースハ ム ヨーグルト 生クリーム 牛 乳 ゼラチン	油 新じゃが芋 コン ソメ カレールウ 砂 糖 酢 福神漬	新玉ねぎ 人参 春キャ ベツ きゅうり レモン 汁	牛乳 ヨーグルトケーキ
15木	サワラのムニエルマリネソースがけ ポイルブロッコリー おじゃがとじゃこのおかか和え	ごはん	鯖 しらす干し かつお節 豆腐 卵 牛乳	小麦粉 コンソメ オ リーブ油 砂糖 酢 新じゃが芋 しょう油 マーガリン 油 ベー キングパウダー	新玉ねぎ トマト セロ リ パセリ ブロッコ リー ネギ	牛乳 豆腐ドーナツ
16金	スパニッシュオムレツ アスパラガスのゴマ和え しらすとしそ昆布のふりかけ 果物	ごはん	卵 鶏ミンチ しらす干し か つお節	新じゃが芋 油 コン ソメ 片栗粉 砂糖 酢 ゴマ しそ昆布	新玉ねぎ 人参 ビーマ ン ケチャップ ビュレ アスパラガス 果物	牛乳 かし
17土	肉うどん 果物	ごはん	豚肉	油 砂糖 しょう油 うどん	生姜 新玉ねぎ ごぼう ネギ	牛乳 かし
19月	サバのゴマみそ煮(3未:サワラ) ひじきの炒り煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ごはん	鯖(3未:鯖) み そ 卵抜ちくわ 油揚げ 豆腐	ゴマ 砂糖 しょう油 さくらんぼ缶 黄桃缶	ひじき 人参 アラスカ 新玉ねぎ 小松菜 寒天 キウイフルーツ	牛乳 フルーツゼリー
20火	レバー入りハンバーグ 人参グラッセ ミルクチャウダー	ごはん	豚ミンチ 鶏ミ ンチ 鶏レバー ツナ 牛乳	パン粉 砂糖 コンソ メ 油 新じゃが芋	生姜 ニンニク 人参 新玉ねぎ とうもろこし パセリ	牛乳 かし
21水	サワラのバーベキュー風 マカロニサラダ 春野菜のみそ汁 果物	ごはん	鯖 ロースハム みそ 卵抜ちく わ かつお節	油 小麦粉 片栗粉 砂糖 しょう油 マカ ロニ 新じゃが芋 マ ヨネーズ 中華麺 お 好みソース	春キャベツ 人参 きゅ うり しいたけ もやし タケノコ ネギ 果物 青のり ネギ	牛乳 焼きそば
22木	お誕生日会 ☆☆☆ アラスカごはん 鶏ささみのゴマみそ焼き アスパラガスのソテー かき玉汁 プチゼリー					
23金	サケのレモン風味照り焼き 干草和え 煮豆 パナナ	ごはん	鯖	しょう油 みりん 砂 糖 ゴマ 金時豆 小 麦粉 ベーキングパウ ダー イチゴジャム	レモン 小松菜 切干 大根 人参 しめじ 白ネ こんにやく パナナ イ チゴ	牛乳 イチゴ蒸しパン
24土	ミートソーススパゲティ 果物	ごはん	豚ミンチ	パスタ 油 砂糖 コ ンソメ	新玉ねぎ 人参 トマト 缶 ビュレ ケチャップ パセリ	牛乳 かし
26月	鶏肉の香味焼き 切干大根サラダ 納豆	ごはん	鶏肉 みそ ロースハム 納 豆	砂糖 しょう油 マヨ ネーズ ゴマ	生姜 ニンニク 新玉ね ぎ 切干大根 人参 きゅうり 果物	牛乳 果物 かし
27火	アジの南蛮漬(3未:サワラ) トマト 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん	鯖(3未:鯖) 油 揚げ 豆腐 み そ	片栗粉 小麦粉 油 砂糖 しょう油 酢 米 コンソメ	新玉ねぎ 人参 きゅう り セロリ トマト ワカメ ネギ とうも ろこし パセリ	牛乳 おにぎり
28水	ミニがんものそぼろ煮 いんげんのゴマ和え ししゃものみりん干し 果物	ごはん	豚ミンチ ミニが んも ししゃもの みりん干し	油 砂糖 しょう油 片栗 粉 ゴマ	新玉ねぎ 人参 干しい たけ アラスカ いんげん 果 物	牛乳 かし
29木	サケの塩焼き 炒めビーフン 春キャベツの麦みそ汁	ごはん	鯖 豚肉 油揚 げ 麦みそ	ビーフン 油 コンソ メ しょう油 新じゃ が芋	人参 新玉ねぎ もやし キクラゲ ニラ 春キャ ベツ しいたけ	牛乳 フライドポテト
30金	ハヤシシチュー グリーンサラダ 福神漬	ごはん	豚肉 しらす干 し	油 デミグラスソース コンソメ ゴマ油 福 神漬	新玉ねぎ しめじ エリ ンギ トマト缶 ビュレ ケチャップ 春キャベツ ブロッコリー ビーマン	牛乳 かし
31土	中華丼 果物	ごはん	豚肉 エビ	油 コンソメ しょう 油 ゴマ油 片栗粉	春キャベツ 人参 タケ ノコ 新玉ねぎ もやし きくらげ ニラ	牛乳 かし

※ 果物 (八百屋さんおすすめの柑橘類を出す予定です。お楽しみに♪)

