

2023年度 5月普通食 予定献立

かえて保育園

家庭印

日・曜日	献立名	材料	おやつ	日・曜日	献立名	材料	おやつ
1日(月)	きつねうどん もやしのおかず いりこ ゼリー	うどん、うすあげ、わかめ、菜の花、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、葱、塩 もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 いりこ ゼリー	牛乳 市販菓子	17日(水)	キーマカレー キャベツの甘酢和え チーズ バナナ	米、合い挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、カレー粉、トマト缶、ウスターソース、ケチャップ、コンソメ、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ バナナ	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
2日(火)	豚丼 キャベツの甘酢和え みそ汁 ゼリー	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	18日(木)	ラーメン きゅうりのしらす和え 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、もやし、コーン缶、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、黒ごま油、塩 きゅうり、ごまつな、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、塩、油 金時豆、砂糖 ゼリー	牛乳 さくらもち (さくらもち、米、もち米、あんこ) 乳児はきなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)
3日(水)	憲法記念日			19日(金)	ごはん/納豆 鶏の野菜あんかけ 新ごぼうとひじきのサラダ すまし汁 ゼリー	米、納豆 鶏、たまねぎ、にんじん、水菜、しょうゆ、砂糖、みりん、酢、片栗粉、油 新ごぼう、ひじき、キャベツ、にんじん、しょうゆ、白ごま、マヨネーズ 絹ごし豆腐、えのき、納豆、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 コロコロラスク (食パン、バター、砂糖)
4日(木)	みどりの日			20日(土)	チャーハン キャベツのツナ和え みそ汁	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま油、塩 キャベツ、きゅうり、ツナ缶、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 市販菓子 チーズ
5日(金)	こどもの日			22日(月)	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 白和え すまし汁 バナナ	米、押し麦 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、糸こんにゃく、米みそ、砂糖、しょうゆ、白ごま すまし汁 バナナ	牛乳 ホットドッグ (ロールパン、ウィンナー、キャベツ、ケチャップ)
6日(土)	ツナチャーハン もやしのおかず 和風スープ	米、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩 もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	23日(火)	ごはん/ひじき納豆 鶏の竜田揚げ スパゲティサラダ みそ汁 ゼリー	米、ひじき、納豆 鶏、しょうが、しょうゆ、葱、片栗粉、油 スパゲティ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、えのき、納豆、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 納豆が (じゃがいも、青のり、油、塩)
8日(月)	ごはん 鶏の塩焼き~大粒おろし鶏~ ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 鶏、塩、大根、しょうゆ ほうれん草、ごまつな、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 ごへいもち (米、砂糖、みりん、米みそ)	24日(水)	ごはん 豚肉とキャベツの味噌炒め しらすのお浸し すまし汁 ゼリー	米 豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、葱 しらす、うすあげ、ほうれん草、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、えのき、じゃがいも、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 あんこパイ (パイシート、あんこ)
9日(火)	たけのこごはん 厚揚げの炒め物 もやしのコーン和え すまし汁 ゼリー	米、たけのこ、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 厚揚げ、豚ひき肉、にんじん、しめじ、チンゲンサイ、ニラ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、ごま油 もやし、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 キャベツ、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 お粥のラスク (納豆、砂糖、バター)	25日(木)	ちくわうどん 鶏ささみと野菜のごま和え いりこ ゼリー	うどん、ちくわ、青のり、てんぷら粉、菜の花、かつお節布だし、しょうゆ、葱、みりん、塩 ささみ、もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 いりこ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、もも缶、みかん缶)
10日(水) 幼児弁当	四色丼 わかめときゅうりの酢の物 みそ汁 バナナ	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうが、しょうゆ、ごま油、塩、白ごま わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ バナナ	牛乳 揚げパン (ロールパン、きなこ、砂糖、油)	26日(金)	カレーライス コールスローサラダ チーズ 柑橘類	米、大豆、牛肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、カレーパウダー、りんご、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、ツナ缶、マヨネーズ、塩 チーズ オレンジ	牛乳 菓子パン
11日(木)	肉うどん にんじんのごま和え いりこ いちご	うどん、豚肉、かまぼこ、しょうが、菜の花、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、葱、みりん、塩 にんじん、キャベツ、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 いりこ いちご	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、油、バター)	27日(土)	運動発表会		
12日(金)	ごはん/しらすのふりかけ 鶏肉の照り焼き~そら豆の塩焼き~ しらすのおかず すまし汁 ゼリー	米、しらす干し、白ごま、ごま油、塩 鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、砂糖、みりん、そら豆、ごま油、塩 しらす、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつお節 絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 みだらし団子 (白玉、しょうゆ、砂糖、あんこ) 乳児はきなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)	29日(日) 誕生日会	ごはん/ふりかけ 鶏のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、ゆかり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、葱、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 キャベツ、たまねぎ、エリンギ、ベーコン、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (ホットケーキミックス、砂糖、豆乳、いちご、みかん缶、ホイップクリーム)
13日(土)	チキンライス キャベツのごま和え 和風スープ	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩、油 キャベツ、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	30日(日)	ごはん/納豆 豆腐ハンバーグ アスパラガスのツナ和え すまし汁 ゼリー	米、納豆 鶏ひき肉、木綿豆腐、えのき、ひじき、しょうが、しょうゆ、砂糖、葱、みりん、片栗粉 アスパラガス、にんじん、スナップエンドウ、キャベツ、ツナ缶、コーン缶、白ごま、マヨネーズ、しょうゆ うすあげ、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、葱、塩 ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
15日(月)	ごはん/手作りふりかけ 鶏のから揚げ コロコロサラダ みそ汁 ゼリー	米、かつお節、こんぶ、しょうゆ、砂糖、白ごま 鶏、しょうが、しょうゆ、葱、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、たまねぎ、ほうれん草、えのき、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 チーズトースト (食パン、マヨネーズ、ビザチーズ)	31日(水)	麦ごはん 肉じゃが キャベツのごま酢和え みそ汁 ゼリー	米、押し麦 牛柳、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、納豆、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (いちご、バナナ、柑橘類)
16日(火)	豆ごはん 厚揚げのツナマヨ焼き もやしの和え物 みそ汁 ゼリー	米、えんどう豆、葱、塩 厚揚げ、コーン缶、ツナ缶、青のり、マヨネーズ、しょうゆ もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、塩 たまねぎ、じゃがいも、えのき、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、もも缶、みかん缶)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・手作りひびを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
 ※0、1歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング(酢、砂糖、塩、油)で提供しています。

おりようりの部屋：廣田・信田より