

平成30年度 5月献立表

さかえ保育所

日	曜日	献立名	3時のおやつ	主要材料名		
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
1	火	ごはん・フルーツ 豚肉のみそ炒め ツナときゅうりの酢の物	人参蒸しパン いりこ 牛乳	豚肉 みそ ツナ わかめ 卵 いりこ 牛乳	米 ホットケーキミックス	きゃべつ 玉葱 人参 もやし ピーマン きゅうり
2	水	鯉のぼりオムライス 粉ふき芋 きゃべつのスープ・フルーツ	フルーツゼリー 牛乳	卵 牛肉 豚肉 ウインナー 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 グリーンピース パセリ きゃべつ もやし みかん缶 パイン缶
7	月	わかめごはん 生揚げのそぼろ煮 ひじきサラダ・フルーツ	ツナコーントースト 牛乳	豚肉 生揚げ わかめ ひじき ツナ 牛乳	米 ごま 食パン マヨネーズ じゃが芋	いんげん 人参 玉葱 生姜 小松菜 きゃべつ コーン パセリ
8	火	食パン 鮭のカレー揚げ 野菜スープ・フルーツ	りんごゼリー いりこ 牛乳	鮭 ウインナー 寒天 いりこ 牛乳	食パン 小麦粉 じゃが芋	ミニトマト パセリ 玉葱 人参 きゃべつ もやし りんごジュース
9	水	バターロール チキンチャップ ポテトサラダ・フルーツ	ポップコーン 牛乳	鶏肉 牛乳 青のり	バターロール じゃが芋 マヨネーズ ポップコーン	いんげん 人参 玉葱 しめじ きゃべつ コーン きゅうり
10	木	ごはん・フルーツ 中華風炒め きゃべつとわかめの酢の物	フルーツヨーグルト お茶	豚肉 わかめ ヨーグルト	米 片栗粉	たけのこ 干しいたけ 玉葱 コーン 人参 生姜 ニラ もやし きゃべつ バナナ みかん缶 黄桃缶 パイン缶
11	金	豆ごはん 春雨と豚肉の炒め物 もやしナムル・フルーツ	揚げパン 牛乳	豚肉 きな粉 牛乳	米 春雨 ごま ごま油 味付けパン	グリーンピース 干しいたけ チンゲン菜 玉葱 生姜 人参 きゃべつ もやし きゅうり
12	土	ナポリタン イタリアンサラダ フルーツ	お菓子 牛乳	ウインナー 牛乳	スパゲティ	トマト缶 パセリ 人参 玉葱 しめじ きゃべつ きゅうり ピーマン
14	月	ゆかりごはん ささみフライ みそ汁・フルーツ	ココアプリン お茶	鶏肉 卵 わかめ みそ いりこ 油揚げ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 さつま芋	ミニトマト 玉葱 人参 葱
15	火	ごはん 肉じゃが 和風サラダ・フルーツ	チーズトースト いりこ 牛乳	豚肉 わかめ かまぼこ チーズ いりこ 牛乳	米 じゃが芋 春雨 こんにゃく 食パン	グリーンピース 玉葱 人参 きゅうり パセリ
16	水	食パン 白身魚の磯辺揚げ もやしスープ・フルーツ	あべかわマカロニ 牛乳	白身魚 青のり わかめ きな粉 牛乳	食パン 小麦粉 マカロニ	ミニトマト もやし 人参 玉葱 葱
17	木	バターロール ハッシュドビーフ ツナサラダ・フルーツ	ヨーグルト	牛肉 ツナ ヨーグルト	バターロール	グリーンピース トマト缶 玉葱 人参 しめじ コーン きゃべつ 小松菜
18	金	食パン 肉野菜炒め マカロニサラダ・フルーツ	フルーツポンチ 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	食パン マカロニ マヨネーズ	いんげん 玉葱 人参 しめじ きゃべつ コーン きゅうり パイン缶 黄桃缶 みかん缶 バナナ
19	土	カレーうどん きゅうりの酢の物 フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 牛乳	うどん	干しいたけ 人参 玉葱 葱 きゅうり きゃべつ
21	月	ごはん 鱈のみそマヨ焼き じゃが芋のソテー・フルーツ	いちごゼリー 牛乳	鱈 みそ ウインナー 牛乳	米 マヨネーズ じゃが芋	パセリ コーン 人参 ピーマン
22	火	バターロール・フルーツ 鶏肉のケチャップ煮 きゃべつのゆかり和え	サターアングギー いりこ 牛乳	鶏肉 卵 いりこ 牛乳	バターロール じゃが芋 黒砂糖 小麦粉	玉葱 人参 しめじ きゃべつ グリーンピース
23	水	ごはん 凍り豆腐の炒め煮 カレーポテト・フルーツ	お麩ラスク 牛乳	凍り豆腐 えび 昆布 牛乳	米 片栗粉 お麩 じゃが芋 マーガリン	いんげん 人参 しめじ
24	木	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー・フルーツ	じゃがバター 牛乳	みそ 豚肉 豆腐 ちくわ かまぼこ 卵 牛乳	米 ごま ごま油 片栗粉 マーガリン じゃが芋 春雨	干しいたけ 人参 玉葱 もやし ニラ 生姜 きゅうり パセリ
25	金	チキンカレー フルーツ	フルーツ(ピーチ) お茶	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋	グリーンピース 人参 玉葱 黄桃缶
26	土	焼き飯 わかめスープ フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 わかめ 牛乳	米	コーン グリーンピース 人参 玉葱 パセリ もやし
28	月	バターロール・フルーツ チキンソテー キャベツとコーンのサラダ	プリン お茶	鶏肉 ホエイパウダー	バターロール	いんげん 玉葱 人参 しめじ きゃべつ コーン
29	火	ごはん 干草焼き みそ汁・フルーツ	みかんゼリー 牛乳	豚肉 牛肉 卵 みそ いりこ 油揚げ 寒天 牛乳	米 さつま芋	ピーマン 玉葱 人参 葱 干しいたけ オレンジジュース
30	水	ごはん 豚肉の生姜焼き ジャーマンポテト・フルーツ	きな粉サンド 牛乳	豚肉 ウインナー きな粉 牛乳	米 じゃが芋 マーガリン 食パン	いんげん 人参 玉葱 ピーマン もやし 生姜 パセリ
31	木	ごはん・フルーツ 白身魚の甘酢あんかけ 切干大根の煮物	バナナケーキ いりこ 牛乳	白身魚 油揚げ 卵 いりこ 牛乳	米 片栗粉 ホットケーキミックス マーガリン	たけのこ 玉葱 人参 ピーマン 切干大根 いんげん 干しいたけ バナナ

幼児遠足

誕生日会

※マヨネーズは、アレルギー対応のものを使用しています。