

5月献立表

令和5年 5月

[未満児]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	8(月)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳				牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	スティック人参 にんじん				炭酸せんべい 炭酸せんべい	キャンデーチーズ キャンデーチーズ
昼食	麻婆丼 米 米粒麦 ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生しいたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターソース しょうが にんにくおろし 清酒	中華おこわ もち米 米 水 豚もも にんじん たけのこ水煮 乾しいたけ こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 車糖	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	えびピラフ 米 しばえび たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 調合油 食塩 こしょう コンソメ	カレーライス 米 米粒麦 牛もも 調合油 たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース カレールー マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう にんにくおろし コンソメ
	胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ しらす干し 穀物酢 車糖 食塩	鮭の塩焼き しろさけ 食塩				コンソメスープ・ はくさい 皮つきウインナー ぶなしめじ コンソメ 食塩	ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 胡麻ドレッシング スイートコーン
	中華風コンスープ 鶏卵 スイートコーン缶詰 たまねぎ パセリ だし かたくり粉 食塩	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ				カップゼリー ゼリー	フルーツヨーグルト屋 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳				牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳
	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖	こいのぼりケーキ ロールケーキ いちご クリーム ピュアココア				ビスコ ビスコ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	いちご蒸しパン いちご 薄力粉 車糖 ベーキングパウダー 普通牛乳 いちごジャム
成分値	＜一日合計＞ エネルギー : 506 kcal 脂 質 : 16.5 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 330 mg	475 kcal 15.1 g 22.4 g 1.6 g 293 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	472 kcal 15.3 g 15.6 g 1.1 g 294 mg	600 kcal 19.6 g 21.9 g 1.5 g 415 mg
	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	おやついりこ(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう
	炭酸せんべい 炭酸せんべい	バナナ バナナ			炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	
昼食	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	皿うどん 即席中華めん はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ 豚もも 焼き抜きかまぼこ なたね油 しょうが 鶏がらスープ オイスターソース こいくちしょうゆ 清酒 かたくり粉 ごま油 ごういか むきえび うずら卵水煮缶詰	焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとろや たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	ロールパン ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦
	カレイの味噌焼き まがれい 清酒 淡色辛みそ 本みりん 車糖	みそ味和風ローフ 鶏ひき肉 えのきたけ たまねぎ パン粉 鶏卵 清酒 淡色辛みそ ごま あおのり 食塩 こしょう	鶏のレモン煮 鶏むね 清酒 食塩 かたくり粉 なたね油 車糖 こいくちしょうゆ 水 レモン		焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとろや たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	ビーフシチュー 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 ビーフシチュールー コンソメ スイートワイン	竹輪の2色揚げ 生竹輪 プレミックス粉 あおのり カレー粉 調合油
	切干大根煮 切干しだいこん にんじん 油揚げ さやいんげん 車糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒	ほうれん草と白菜のおかか和え ほうれんそう はくさい 花かつお こいくちしょうゆ 車糖	スナックエンドウのソテー さやえんどう スイートコーン ベーコン マーガリン 食塩 こしょう		みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	キャベツとツナのサラダ キャベツ きゅうり かつお缶詰 トマト フレッシュレモン	大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩
	かき玉汁・ 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 かたくり粉 混合だし	豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	キャベツとツナのサラダ キャベツ きゅうり かつお缶詰 トマト フレッシュレモン	すまし汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ
3時	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳
	黒ごま団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖 黒ごま	じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも 食塩 ピザチーズ パセリ	焼き立てパン(レーズン) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 干しぶどう	おにぎり(わかめ)おやつ 米 カットわかめ きずのり 食塩 茹で空豆 そらまめ 食塩	芋けんぴ 芋かりんとう キャンデーチーズ キャンデーチーズ	小柱ご飯 米 貝柱 食塩 こいくちしょうゆ	卵サンド 食パン 鶏卵 マヨネーズ
成分値	＜一日合計＞ エネルギー : 430 kcal 脂 質 : 7.0 g たんぱく質 : 18.1 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 194 mg	478 kcal 17.0 g 22.7 g 1.5 g 356 mg	522 kcal 18.4 g 23.3 g 1.7 g 223 mg	433 kcal 13.2 g 16.3 g 3.1 g 224 mg	536 kcal 19.4 g 19.5 g 1.0 g 328 mg	438 kcal 14.7 g 20.2 g 1.8 g 252 mg	538 kcal 16.4 g 16.5 g 1.4 g 245 mg

*都合により献立を変更することがあります。

5月献立表

令和5年 5月

[未満児]

	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	22(月)	23(火)	24(水)	
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
	炭酸せんべい 炭酸せんべい	コーンフレーク コーンフレーク	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	炭酸せんべい 炭酸せんべい	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	りんご りんご	
昼食	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	★ 誕生会 ★ ゆかりごはん 米 米粒麦 うめ 食塩	スパゲティ・ミートソース マカロニ・スパゲティ たまねぎ あいびぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 トマト缶詰 ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう コンソメ	親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 車糖 混合だし みりん風調味料	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	
	さばの塩こうじ焼き まさば 塩麹	中華風ローストチキン 鶏もも たまねぎ しょうが にんにくおろし 本みりん ごま ごま油 こいくちしょうゆ	きのこソースハンバーグ あいびぎ たまねぎ パン粉 鶏卵 こしょう ナツメグ 食塩 普通牛乳 マッシュルーム水煮缶詰	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	みそ汁 おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし	ししゃものふわふわ揚げ (未満児は白身魚を調理) ししゃも 薄力粉 ベーキングパウダー 水 調合油 マヨネーズ ケチャップ	ツナ入り卵焼き 鶏卵 まぐろ缶詰 たまねぎ 調合油 こしょう コンソメ ケチャップ	
	高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 生しいたけ 鶏卵 グリーンピース 混合だし 車糖 こいくちしょうゆ にんじん	ほうれん草の胡麻和え ほうれん草 にんじん ごま 車糖 こいくちしょうゆ	ポテトサラダ じゃがいも きゅうり ロースハム にんじん たまねぎ マヨネーズ	カップゼリー ゼリー	みそ汁 おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし	肉じゃが(副菜) 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん こいくちしょうゆ 車糖 本みりん	冷しゃぶサラダ 豚もも レタス ミニトマト きゅうり カットわかめ ごまドレッシング たまねぎ	
	みそ汁・ じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし カットわかめ	レタスと卵のスープ 鶏卵 レタス ぶなしめじ ベーコン コンソメ	みそ汁(豆腐とワカメ) 木綿豆腐 カットわかめ こねぎ 混合だし 淡色辛みそ				すまし汁・ ソフト豆腐 えのきたけ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ	
	旬のフルーツ ..		プチゼリー ゼリー					
		牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳
		焼きそば(おやつ) 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり	コナッツクッキー マーガリン 和三盆糖 鶏卵 アーモンド ベーキングパウダー バニラオイル ココナッツパウダー こむぎ	パンケーキ パインアップル缶詰 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 マーガリン	せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	じゃこトースト 食パン しらす干し マヨネーズ あおのり ごま	フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク	ふかし芋 さつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ
	成分値	エネルギー : 572 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 1.5 g カルシウム : 319 mg	628 kcal 30.1 g 24.5 g 1.4 g 284 mg	639 kcal 28.6 g 23.7 g 1.9 g 319 mg	511 kcal 18.1 g 21.1 g 1.3 g 305 mg	549 kcal 22.9 g 25.0 g 1.9 g 376 mg	451 kcal 14.8 g 18.1 g 1.7 g 318 mg	572 kcal 24.1 g 25.2 g 1.9 g 353 mg
		25(木)	26(金)	27(土)	29(月)	30(火)	31(水)	
	9時	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
		スティック人参 にんじん	★ 参観日 ★	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	じゃこ しらす干し	炭酸せんべい 炭酸せんべい		
昼食	野菜ラーメン 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 にんじん 豚もも 生しいたけ チンゲンサイ りょくとうもやし 葉ねぎ たまねぎ 鶏卵 鶏がらスープ	麦ご飯 米 米粒麦		丸ロール ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦		
	いんげんの胡麻和え・ さやいんげん ごま にんじん こいくちしょうゆ 車糖 ぶなしめじ	鶏のつくね焼き 鶏ひき肉 たまねぎ 食塩 料理酒 こしょう しょうが パン粉 鶏卵 調合油 混合だし 車糖		ポークビーンズ だいた煮 皮つきウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう 車糖 ぶなしめじ ウスターソース パセリ にんにくおろし コンソメ	タラのホイル焼き まだら たまねぎ えのきたけ にんじん ぶなしめじ レモン マーガリン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	ポークチャップ 豚もも 料理酒 にんにくおろし 食塩 こしょう 調合油 たまねぎ ケチャップ 中濃ソース パインアップル缶詰 パセリ		
	旬のフルーツ ..	竹輪とほうれん草のソテー ほうれん草 スイートコーン 生竹輪 調合油 食塩 こしょう		ブロccoliとハムのサラダ ブロccoli ロースハム スイートコーン マヨネーズ 食塩 こしょう	五目豆 だいた煮 ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにやく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし 料理酒	アスパラとキャベツのソテー アスパラガス スイートコーン ベーコン パプリカ なたね油 食塩 こしょう キャベツ		
		さつま汁 さつまいも 板こんにやく 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし		桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	コンソメスープ ぶなしめじ カットわかめ 根深ねぎ コンソメ		
3時	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳		麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		
	おにぎり(なめたけ)おやつ 米 えのきたけ きずのり 葉ねぎ	ヨーグルトケーキ こむぎ ベーキングパウダー 車糖 マーガリン		おにぎり(鮭)おやつ 米 鮭フレーク カットわかめ きずのり 食塩 こいくちしょうゆ	人参ゼリー(おやつ) みかん飲料 寒天 車糖 にんじん	ポップコーン どうもろこし 調合油 食塩		
成分値	エネルギー : 394 kcal 脂 質 : 6.9 g たんぱく質 : 16.7 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 162 mg	570 kcal 22.5 g 22.4 g 1.7 g 321 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	501 kcal 20.6 g 21.2 g 2.1 g 308 mg	515 kcal 14.5 g 23.9 g 2.2 g 342 mg	491 kcal 22.1 g 21.1 g 1.1 g 294 mg		

*都合により献立を変更することがあります。