

# 5月 献立表 幼児食

2024年 5月



宮ヶ迫保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 水	カレー スバゲティサラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎牛乳	☆牛もも肉、☆ツナ缶、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆たまねぎ、☆にんじん、☆きゅうり、☆コーン缶、☆バナナ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆スバゲティ、☆マヨネーズ	☆カレールウ、☆コンソメ、☆食塩、☆お菓子
2 木	豚のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え みそ汁 みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆花かつお、☆油揚げ、☆煮干し、☆牛乳	☆ブロッコリー、☆だいこん、☆にんじん、☆乾燥わかめ、☆カット万能ねぎ、☆みかん缶	☆サラダ油、☆上白糖、☆さつまいも	☆おろししょうが、☆しょうゆ、☆料理酒、☆麦みそ、☆お菓子
7 火	フーヨーハイ トマト キャベツとツナの酢の物 ハイン缶	○牛乳 ◎ヨーグルト ◎お茶	☆卵、☆かにかま、☆牛乳、☆ツナ缶	☆たまねぎ、☆たけのこ、☆にんじん、☆干ししいたけ、☆葉ねぎ、☆トマト、☆キャベツ、☆きゅうり、☆パイナップル缶	☆サラダ油、☆上白糖、☆たけのこ粉	☆料理酒、☆食塩、☆塩こしょう、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆乾燥物の朝ヨーグルト、☆麦茶
8 水	牛肉と豆腐のみそ炊き ほうれん草のおかか和え りんご	○牛乳 ◎かぼちゃの豆乳ケーキ ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆ちくわ、☆花かつお、☆牛乳、☆豆乳	☆葉ねぎ、☆にんじん、☆たまねぎ、☆ほうれん草、☆りんご、☆かぼちゃ	☆上白糖、☆かたくり粉、☆ホットケーキミックス、☆サラダ油	☆麦みそ、☆本みりん、☆しょうゆ
9 木	鶏のからあげ 粉ふき芋 卵とレタスのスープ みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆卵、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆レタス、☆たまねぎ、☆みかん缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆じゃがいも	☆おろししょうが、☆しょうゆ、☆料理酒、☆食塩、☆パセリ、☆鶏がらだし、☆塩こしょう、☆お菓子
10 金	エビボール 蒸しブロッコリー 中華サラダ オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎きになる野菜 アップル&キャロット	☆むきえび、☆しらす干し、☆卵、☆牛乳	☆キャベツ、☆にんじん、☆コーン缶、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆ブロッコリー、☆きゅうり、☆ネーブルオレンジ	☆薄力粉、☆サラダ油、☆はるさめ、☆上白糖、☆ごま油	☆食塩、☆ウスターソース、☆お好み焼きソース、☆穀物酢、☆お菓子、☆きになる野菜 アップル&キャロット
11 土	他人煮 小松菜のごま和え みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆卵、☆牛もも肉、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆しいたけ、☆ごまつな、☆コーン缶、☆みかん缶	☆しらたき、☆上白糖、☆いりごま	☆しょうゆ、☆本みりん、☆お菓子
13 月	ポークビーンズ 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎オレンジゼリー ◎牛乳	☆豚もも肉、☆大豆、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆グリーンピース、☆トマト、☆きゅうり、☆レタス、☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆上白糖、☆いりごま	☆トマトケチャップ、☆食塩、☆鶏がらだし、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆本みりん、☆オレンジゼリー
14 火	白身魚のごま焼きサクサク トマト ココロサラダ ハイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎ミルージュ	☆白身魚、☆牛乳	☆トマト、☆きゅうり、☆にんじん、☆コーン缶、☆パイナップル缶	☆パン粉、☆いりごま、☆サラダ油、☆マヨネーズ、☆じゃがいも、☆上白糖	☆ウスターソース、☆食塩、☆穀物酢、☆塩こしょう、☆お菓子、☆ミルージュ
15 水	大豆のキーマカレー スバゲティサラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎牛乳	☆大豆、☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆ツナ缶、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ピーマン、☆カットトマト缶、☆きゅうり、☆コーン缶、☆バナナ	☆サラダ油、☆薄力粉、☆有塩バター、☆スバゲティ、☆マヨネーズ	☆おろししょうが、☆カレールウ、☆しょうゆ、☆ウスターソース、☆食塩、☆お菓子
16 木	ふわふわ豆腐ナゲット 付け合わせ(レタス) じゃが芋のソテー ハイン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎マカロニあべかわ	☆鶏ひき肉、☆木綿豆腐、☆卵、☆ベーコン、☆牛乳、☆きな粉	☆たまねぎ、☆にんじん、☆レタス、☆サニーレタス、☆ピーマン、☆パイナップル缶	☆マヨネーズ、☆かたくり粉、☆サラダ油、☆じゃがいも、☆マカロニ、☆上白糖	☆食塩、☆塩こしょう、☆トマトケチャップ、☆鶏がらだし
17 金	サバのカレー風味焼き スティックきゅうり みそ汁 オレンジ	○牛乳 ◎メロンパン ◎牛乳	☆さば、☆白身魚(乳児)、☆油揚げ、☆煮干し、☆牛乳	☆きゅうり、☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆ネーブルオレンジ	☆じゃがいも	☆しょうゆ、☆料理酒、☆カレールウ、☆食塩、☆麦みそ、☆メロンパン
18 土	しょうゆラーメン かぼちゃの昆布煮 みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆牛乳	☆りょくとうもやし、☆キャベツ、☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆カット万能ねぎ、☆かぼちゃ、☆にんじん、☆刻み昆布、☆みかん缶	☆中華めん、☆ごま油、☆上白糖	☆ジャンタン、☆本みりん、☆食塩、☆しょうゆ、☆料理酒、☆お菓子

20 月	フーヨーハイ トマト キャベツとツナの酢の物 パイン缶	○牛乳 ◎お茶 ◎ヨーグルト	☆卵、☆かにかま、☆牛乳、☆ ツナ缶	☆たまねぎ、☆たけのこ、☆に んじん、☆干しいだけ、☆葉 ねぎ、☆トマト、☆キャベツ、 ☆きゅうり、☆パイナップル缶	☆サラダ油、☆上白糖、☆かた くり粉	☆料理酒、☆食塩、☆塩 こしょう、☆戻し汁、☆ しょうゆ、☆本みりん、 ☆穀物酢、☆麦茶、☆牧 場の朝ヨーグルト
21 火	豚のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え みそ汁 みかん缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆豚もも肉、☆花かつお、☆油 揚げ、☆煮干し、☆牛乳	☆ブロッコリー、☆だいこん、 ☆にんじん、☆乾燥わかめ、☆ カット万能ねぎ、☆みかん缶	☆サラダ油、☆上白糖、☆ざつ まいも	☆おろししょうが、☆ しょうゆ、☆料理酒、☆ みそ、☆お菓子
22 水	牛肉と豆腐のみそ炊き ほうれん草のおかか和え りんご	○牛乳 ◎かぼちゃの豆乳ケーキ ◎牛乳	☆牛もも肉、☆焼き豆腐、☆ち くわ、☆花かつお、☆牛乳、☆ 豆乳	☆葉ねぎ、☆にんじん、☆たま ねぎ、☆ほうれん草、☆りん ご、☆かぼちゃ	☆上白糖、☆かたくり粉、☆ ホットケーキミックス、☆サラ ダ油	☆みそ、☆本みりん、 ☆しょうゆ
23 木	わかめご飯 白身魚のタルタルソースかけ フライドポテト 和風グリーンサラダ パイン缶 	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆白身魚、☆卵、☆牛乳	☆乾燥わかめ、☆たまねぎ、☆ ブロッコリー、☆きゅうり、☆ レタス、☆トマト、☆コーン 缶、☆パイナップル缶	☆うるち米、☆いりごま、☆ご ま油、☆薄力粉、☆パン粉、☆ サラダ油、☆マヨネーズ、☆フ ライドポテト、☆上白糖	☆料理酒、☆本みりん、 ☆食塩、☆パセリ、☆塩 こしょう、☆しょうゆ、 ☆穀物酢、☆お菓子
24 金	エビボール 中華サラダ 蒸しブロッコリー オレンジ	○牛乳 ◎お菓子 ◎きになる野菜 アップ ル&キャロット	☆むきえび、☆しらす干し、☆ 卵、☆牛乳	☆キャベツ、☆にんじん、☆ コーン缶、☆葉ねぎ、☆あおの り、☆きゅうり、☆ブロッコ リー、☆ネーブルオレンジ	☆薄力粉、☆サラダ油、☆はる さめ、☆上白糖、☆ごま油	☆食塩、☆ウスターソー ス、☆お好み焼きソー ス、☆穀物酢、☆お菓 子、☆きになる野菜 アップル&キャロット
25 土	しょうゆラーメン かぼちゃの昆布煮 みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚もも肉、☆牛乳	☆りよくとうもろやし、☆キャ ベツ、☆コーン缶、☆乾燥わか め、☆カット万能ねぎ、☆かほ ちゃ、☆にんじん、☆刻み昆 布、☆みかん缶	☆中華めん、☆ごま油、☆上白 糖	☆ジャンタン、☆本みり ん、☆食塩、☆しょう ゆ、☆料理酒、☆お菓子
27 月	ホークビーンズ 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎オレンジゼリー ◎牛乳	☆豚もも肉、☆大豆、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ブ リンピース、☆トマト、☆きゅ うり、☆レタス、☆コーン缶、 ☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆ 上白糖、☆いりごま	☆トマトケチャップ、☆ 食塩、☆鶏がらだし、☆ しょうゆ、☆穀物酢、☆ 本みりん、☆オレンジゼ リー
28 火	白身魚のごま焼きサクサク トマト ココロサラダ パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎ミルージュ	☆白身魚、☆牛乳	☆トマト、☆きゅうり、☆にん じん、☆コーン缶、☆パイナッ プル缶	☆パン粉、☆いりごま、☆サラ ダ油、☆マヨネーズ、☆じゃが いも、☆上白糖	☆ウスターソース、☆食 塩、☆穀物酢、☆塩こしょ う、☆お菓子、☆ミル ージュ
29 水	鶏のからあげ 粉ふき手 卵とレタスのスープ みかん缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆卵、☆牛乳、☆ スライスチーズ	☆レタス、☆たまねぎ、☆みか ん缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆ じゃがいも	☆おろししょうが、☆ しょうゆ、☆料理酒、☆ 食塩、☆パセリ、☆鶏が らだし、☆塩こしょう、☆ お菓子
30 木	ふわふわ豆腐ナゲット 付け合わせ(レタス) じゃが芋のソテー パイン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎マカロニあべかわ	☆鶏ひき肉、☆木綿豆腐、☆ 卵、☆ベーコン、☆牛乳、☆き な粉	☆たまねぎ、☆にんじん、☆レ タス、☆サニーレタス、☆ビー マン、☆パイナップル缶	☆マヨネーズ、☆かたくり粉、 ☆サラダ油、☆じゃがいも、☆ マカロニ、☆上白糖	☆食塩、☆塩こしょう、 ☆トマトケチャップ、☆ 鶏がらだし、☆水
31 金	サバのカレー風味焼き スティックきゅうり みそ汁 オレンジ	○牛乳 ◎メロンパン ◎牛乳	☆さば、☆白身魚(乳児)、☆ 油揚げ、☆煮干し、☆牛乳	☆きゅうり、☆たまねぎ、☆に んじん、☆葉ねぎ、☆乾燥わか め、☆ネーブルオレンジ	☆じゃがいも	☆しょうゆ、☆料理酒、 ☆カレー粉、☆食塩、☆ みそ、☆メロンパン



1日(水)は「カレー」・15日(水)は「大豆キーマカレー」です。箸とスプーンを持たせてください。(幼児クラス)



23日(木)はお誕生会です。主食はいりません。箸は持たせてください。(幼児クラス)



献立・食材が変更になる場合があります。

