2021年 **5月** **献立表**

しののめ並木保育園

		朝のおやつ		昼食						3時のおやつ	
日付	曜日	幼児	乳児	主食	主菜	副菜		汁物	デザート	幼児・乳児	
1	土	麦茶	ムーンライト 牛乳	ドライカレー (精白米、押麦、豚ひき肉、玉葱、ピーマン、カレールウ、ケチャップ、中濃ソース、カレー粉、コンソメ、三温糖)		温野菜サラダ (ブロッコリー、カリフラワー、人参、南瓜、マヨネーズ、ごま、醤油)			いちご	米粉パウンドケーキ (米粉、ベーキングパウダー、バター、三温糖、卵、バニラエッセンス)	牛乳
3	月	憲法記念日									
4	火	みどりの日									
5	水	こどもの日									
6	木	麦茶 キャンティチーズ	チーズ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	あじフライ風 (あじ、卵、パン粉、小麦粉、中濃ソース、油)	アスパラガスのソテー (アスパラガス、黄パプリカ、コンソメ)	トマトのマリネ (トマト、玉葱、酢、三温糖、オリーブ油、パセリ)	コンソメスープ (人参、もやし)		おからマフィン (小麦粉、おから、バター、三温糖、卵、牛乳、ベーキングパウダー、バニラエッセンス)	牛乳
7	金	麦茶	ウエハース 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	ロールキャベツ風 (豚ひき肉、鶏ひき肉、スキムミルク、卵、キャベツ、玉葱、パン粉、片栗粉、コンソメ、塩)	にんじんグラッセ (人参、コンソメ、三温糖、バター)	ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、りんご、マヨネーズ、スキムミルク)	鶏ガラスープ (長葱、しめじ)		コッペパン(3種のフルーツジャム)	牛乳
8	土	麦茶	星食べよ 牛乳	たらこクリームうどん (うどん、たらこ、牛乳、スキムミルク、バター、めんつゆ、小麦粉、小葱、刻みのり)		和風サラダ (玉葱、もやし、人参、黄パプリカ、三温糖、酢、醤油、ごま、ごま油)			グレープフルーツ	塩昆布とおかかのおにぎり (精白米、押麦、塩昆布、かつお節、ごま、のり)	麦茶
10	月	麦茶	チョイス 牛乳	ゆかりご飯 (精白米・押麦・ゆかり)	さばの胡麻酢焼き (さば、酒、醤油、酢、三温糖、白ごま、黒ごま)	切干大根の煮物 (切干大根、人参、油揚げ、醤油、みりん、三温糖)	白和え (アスパラガス、赤パプリカ、絹豆腐、三温糖、味噌、醤油)	みそ汁 (なす、えのき)		たけのこご飯 (精白米、押麦、筍、小葱、醤油、みりん、塩)	麦茶
11	火	麦茶	ぱりんこ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	かぼちゃのスコップコロッケ (南瓜、鶏ひき肉、玉葱、パン粉、コンソメ、小麦粉、オリーブ油、中濃ソース)	そら豆 (そら豆、塩)	ツナサラダ (ツナ、トマト、レタス、オリーブオイル、酢、三温糖)	コンソメスープ (ブロッコリー、もやし)		粒あんパン	牛乳
12	水	麦茶	ウエハース 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	サーモンのレモンバターロースト (サーモン、レモン汁、バター、塩、パセリ)	ラタトゥイユ (トマト缶、ズッキーニ、茄子、コンソメ、三温糖、塩)	カリフラワーのたらマヨ (カリフラワー、小松菜、たらこ、マヨネーズ、スキムミルク)	鶏ガラスープ (キャベツ、黄パプリカ)		メープルカステラ (卵、小麦粉、メープルシロップ、三温糖、ザラメ)	牛乳
13	木	麦茶 キャンティチーズ	チーズ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	和風ガーリックチキン (鶏もも肉、醤油、みりん、にんにく、しょうが)	たけのこの土佐煮 (筍、醤油、みりん、かつお節)	わかめの酢の物 (わかめ、玉葱、胡瓜、酢、三温糖、塩)	みそ汁 (大根、なめこ)		焼きそば (焼きそば麺、人参、玉葱、キャベツ、中濃ソース、ウスターソース、ケチャップ、醤油、青のり)	麦茶
14	金	麦茶	マリー 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	厚揚げのピザ風 (厚揚げ、ピーマン、玉葱、トマト缶、ピザソース、コンソメ、チーズ)	のり塩ポテト (じゃが芋、塩、青のり、バター)	ごぼうサラダ (ごぼう、人参、水菜、マヨネーズ、スキムミルク)	コンソメスープ (ほうれん草、コーン缶)		ハムロールパン	牛乳
15	土	麦茶	星食べよ 牛乳	ルーロー飯 (精白米、押麦、豚ばら肉、卵、小松菜、しょうが、醤油、三温糖、酒、オイスターソース、酢、ごま油)		鶏ガラスープ (人参、大根、小葱、えのき、鶏ガラ、醤油、塩)			オレンジ	レアチーズケーキ (クリームチーズ、ヨーグルト、牛乳、三温糖、粉ゼラチン、レモン汁、ビスケット、バター)	牛乳
17	月	麦茶	ムーンライト 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	はんぺんのツナチーズ焼き (はんぺん、ツナ缶、ケチャップ、マヨネーズ、スキムミルク、チーズ)	小松菜の煮浸し (小松菜、人参、もやし、醤油、みりん、三温糖)	新玉葱のサラダ (新玉葱、胡瓜、赤パプリカ、ポン酢、かつお節)	みそ汁 (あおさ、油揚げ)		そぼろごはん (精白米、押麦、鶏ひき肉、長葱、醤油、みりん、三温糖)	麦茶
18	火	麦茶	ウエハース 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	鶏肉のパン粉焼き (鶏もも肉、パン粉、オリーブ油、塩)	レタスとエビの炒め物 (エビ、レタス、ピーマン、コーン缶、にんにく、醤油、鶏ガラ)	人参とさやえんどうの和え物 (さやえんどう、人参、醤油、三温糖、ごま、ごま油)	鶏ガラスープ (玉葱、エリンギ)		メープルブレッド	牛乳
19	水	麦茶	チョイス 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	カニ玉 (卵、カニカマ、グリーンピース、牛乳、三温糖、鶏ガラ、酢、醤油、片栗粉、スキムミルク)	ニラと人参の炒め物 (にら、人参、鶏ガラ、ごま油)	豆もやしのナムル (豆もやし、胡瓜、醤油、ごま油、鶏ガラ、ごま)	中華スープ (わかめ、春雨、長葱)		きなこのブールドネージュ (小麦粉、三温糖、バター、塩、きな粉)	牛乳
20	木	麦茶	ぱりんこ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	ポークケチャップ (豚小間肉、玉葱、しめじ、ケチャップ、ウスターソース、三温糖、みりん、にんにく)	キャベツのグリル (キャベツ、人参、コンソメ)	ほうれん草のサラダ (ほうれん草、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、醤油、三温糖)	コンソメスープ (えのき、水菜)		ジャーマンポテト (新じゃが芋、ウインナー、玉葱、塩、コンソメ、バター)	麦茶
21	金	麦茶 キャンティチーズ	チーズ 牛乳	カレーライス (精白米、押麦、鶏小間肉、玉葱、人参、じゃが芋、エリンギ、カレールウ、スキムミルク)		みかんサラダ (レタス、胡瓜、みかん缶、酢、オリーブ油、三温糖、塩)			バナナ	セサミブレッド(マーガリン)	牛乳
22	土	麦茶	星食べよ 牛乳	アスパラベーコンのクリームスパゲティ (スパゲティ、ベーコン、アスパラガス、玉葱、しめじ、シチューの素、牛乳、スキムミルク、バター、塩)		春キャベツのサラダ (春キャベツ、水菜、人参、コーン缶、オリーブ油、レモン汁、酢、三温糖、塩)			夏みかん	栗のケーキ (小麦粉、卵、三温糖、バター、栗甘露煮)	牛乳
24	月	麦茶	マリー 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	カレイの西京焼き (カレイ、味噌、酒、みりん、三温糖)	高野豆腐の煮物 (高野豆腐、大根、醤油、みりん、三温糖)	小松菜のゆかり和え (小松菜、人参、黄パプリカ、ゆかり)	みそ汁 (舞茸、長葱)		お好みマカロニ (マカロニ、お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、かつお節)	麦茶
25	火	麦茶 キャンティチーズ	チーズ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	ねぎ塩鶏 (鶏もも肉、長葱、ごま油、塩、鶏ガラ)	キャベツの胡麻味噌炒め (キャベツ、玉葱、コーン缶、味噌、みりん、三温糖、ごま)	納豆和え (納豆、ほうれん草、もやし、めんつゆ)	すまし (大根、三つ葉)		ストロベリーブレッド	牛乳
26	水	麦茶	ウエハース 牛乳	乳児:わかめご飯 幼児:わかめおにぎり (精白米・押麦・混ぜ込みわかめ・のり(幼児))	タンドリーチキン (鶏もも肉、玉葱、カレー粉、ケチャップ、醤油、ヨーグルト)	にんじんしりしり (人参、ツナ缶、めんつゆ、ごま)	きゅうりの塩昆布和え (胡瓜、塩、塩昆布)	乳児:鶏ガラスープ (南瓜、アスパラガス)	幼児:小粒ゼリー	エビピラフ (精白米、押麦、えび、ミックスベジタブル、ピーマン、コンソメ、バター、塩)	麦茶
27	木	麦茶	ぱりんこ 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	麻婆豆腐 (絹豆腐、豚ひき肉、長葱、ニラ、醤油、三温糖、中華味、にんにく、味噌、片栗粉)	かぼちゃのグリル (南瓜、鶏ガラ)	春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、コーン缶、ごま油、醤油、ごま)	中華スープ (レタス、筍)		りんごのクランブル (小麦粉、三温糖、バター、スキムミルク、りんごジャム)	牛乳
28	金	麦茶	ムーンライト 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	かつおの照り焼き (かつお、醤油、酒、みりん)	なすのきんぴら (なす、人参、醤油、三温糖、みりん、ごま油、ごま)	たくあんサラダ (キャベツ、胡瓜、たくあん、マヨネーズ、スキムミルク)	みそ汁 (玉葱、しめじ)		シュガーレーズンロール	牛乳
29	土	麦茶	星食べよ 牛乳	あんかけそば (焼きそば麺、豚小間肉、もやし、人参、ニラ、しょうが、醤油、オイスターソース、酒、片栗粉)		中華スープ (エリンギ、レタス、トマト、中華味、醤油、塩)			メロン	とろろ昆布とチーズのおにぎり (精白米、とろろ昆布、チーズ、醤油、のり)	牛乳
31	月	麦茶	チョイス 牛乳	ご飯(精白米・押麦)	カジキの味噌マヨ (カジキ、味噌、マヨネーズ、スキムミルク)	たけのこのバター醤油炒め (筍、しめじ、醤油、みりん、バター、パセリ)	ピクルス (赤・黄パプリカ、胡瓜、酢、三温糖、塩)	コンソメスープ (小松菜、もやし)		ストロベリーアイスクリーム・ウエハース	麦茶