

# 2021年 5月 献立表【幼児食】

\* 補食(18:30のおやつ)・・・野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児								
1	土	チーズ 麦茶	麦茶	豚丼 (米、豚肩肉、玉ねぎ、もやし、しょう油、砂糖、酒、中華あじ、にんにく、しょうが、油)				みそ汁 (わかめ、にんじん、長ねぎ、みそ)	オレンジ	ココア蒸しパン、牛乳 (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、ココアパウダー、砂糖、スキムミルク、牛乳、油)	
3	月	<b>憲法記念日</b>									
4	火	<b>みどりの日</b>									
5	水	<b>こどもの日</b>									
6	木	クラッカー 牛乳	麦茶	カレーライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、にんじん、カレールウ、スキムミルク、粉チーズ、しょう油、油)			ゆでブロッコリー (ブロッコリー、塩)		グレープフルーツ	豆乳プリン、ウエハース、麦茶 (豆乳、三温糖、ゼラチン、しょう油、塩、黒蜜)(カル鉄ウエハース)	
7	金	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのピカタ (かじき、小麦粉、卵、コンソメ、油、ケチャップ)	鶏レバーの甘辛煮 (鶏レバー、しょうが、にんにく、酒、みりん、しょう油、砂糖)	にんじンドレッシングのサラダ (レタス、新玉ねぎ、にんじん、酢、砂糖、しょう油、オリーブ油、にんにく、塩、クルトン)	すまし汁 (たけのこ、えのき、しょう油、塩)		焼きそばパン、牛乳 (コッパン、中華麺、豚ひき肉、もやし、玉ねぎ、中濃ソース、鶏がら、青のり、油)	
8	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	キャベツと桜えびのペペロンチーノ (スパゲティー、キャベツ、桜えび、ベーコン、玉ねぎ、にんにく、コンソメ、塩、オリーブ油)				スープ (かぼちゃ、にんじん、鶏がら)	バナナ	さけおにぎり、牛乳 (米、さけフレーク、ごま、油、のり)	
10	月	プルーン 麦茶	麦茶	そら豆ごはん (米、そら豆、塩)	さわらのマヨ蒲焼き (さわら、片栗粉、油、しょう油、砂糖、酒、みりん、マヨネーズ、のり)	切干大根の煮物 (切干大根、しらたき、いんげん、しょう油、砂糖)	ほうれん草の白和え (ほうれん草、もやし、にんじん、絹ごし豆腐、すりごま、砂糖、しょう油)	みそ汁 (まいたけ、小ねぎ、みそ)		チーズサブレ、牛乳 (小麦粉、コーンスターチ、バター、砂糖、粉チーズ、牛乳)	
11	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ミートローフ (豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、パン粉、牛乳、コンソメ、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、しょう油)	マッシュポテト (じゃが芋、バター、塩、パセリ粉)	レタスサラダ (サニーレタス、きゅうり、赤・黄パプリカ、酢、砂糖、オリーブ油、塩)	スープ (カリフラワー、ブロッコリー、鶏がら)		粒あんパン、牛乳	
12	水	バナナ 牛乳	麦茶	しらすチャーハン (米、しらす、削り節、グリーンピース、卵、小ねぎ、にんじん、しょう油、鶏がら、ごま油)				みそ汁 (大根、ごぼう、油揚げ、みそ)	牛乳ゼリー (牛乳、黄桃缶、砂糖、寒天粉)	ちゃんぽん麺、麦茶 (中華麺、かまぼこ、キャベツ、玉ねぎ、豆乳、鶏がら、みそ、しょう油、にんにく、しょうが、ごま油)	
13	木	ウエハース 牛乳	麦茶	たけのこわかめごはん (米、たけのこ、しょう油、みりん、炊き込みわかめ)	唐揚げ(たらこマヨソース) (鶏もも肉、しょうが、にんにく、酒、しょう油、片栗粉、油、マヨネーズ、たらこ、牛乳)	アスパラのソテー (アスパラガス、玉ねぎ、コーン缶、コンソメ、バター)	トマト、千切りキャベツ (トマト)(キャベツ)	みそ汁 (小松菜、にんじん、長ねぎ、みそ)	夏みかん	はちみつカステラ、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、はちみつ、みりん、牛乳、油)	
14	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばの塩焼き (さば、酒、塩)	みそじゃが (じゃが芋、片栗粉、油、みそ、砂糖、みりん)	チンゲン菜のおかか和え (チンゲン菜、もやし、にんじん、削り節、しょう油、砂糖)	すまし汁 (素麺、みつ葉、しょう油、塩)		ハムロールパン、牛乳	
15	土	クラッカー 牛乳	麦茶	麻婆丼 (米、豚ひき肉、木綿豆腐、長ねぎ、みそ、鶏がら、しょう油、砂糖、オイスターソース、片栗粉、ごま油)				中華スープ (春雨、キャベツ、コーン缶、中華あじ、しょう油)	グレープフルーツ	にんじんマフィン、牛乳 (ホットケーキミックス、にんじん、スキムミルク、砂糖、バター、牛乳)	
17	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のポン酢煮 (鶏もも肉、酒、黒糖、ポン酢、しょう油、しょうが、にんにく)	かぼちゃのごま焼き (かぼちゃ、すりごま、みそ、砂糖、みりん、酒)	にらともやしのナムル (にら、もやし、にんじん、きくらげ、鶏がら、しょう油、ごま油)	すまし汁 (かぶ、かぶの葉、しめじ、しょう油、塩)		クリーミーカレーうどん、麦茶 (うどん、豚肩肉、にんじん、長ねぎ、シチュールウ、牛乳、カレー粉、麵つゆ)	
18	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	あじのフライ風 (あじ、小麦粉、ベーキングパウダー、パン粉、バジル粉、油、とんかつソース)	がんもの煮物 (がんもどき、にんじん、絹さや、しょう油、砂糖)	タルタルポテトサラダ (じゃが芋、卵、きゅうり、ピクルス、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	みそ汁 (とろろ昆布、玉ねぎ、みそ)		メープルブレッド、牛乳	
19	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	トマトクリームミートソース (スパゲティー、豚ひき肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、トマト缶、にんにく、生クリーム、スキムミルク、ケチャップ、コンソメ、砂糖、ウスターソース、オリーブ油)			水菜のサラダ (水菜、もやし、コーン缶、酢、砂糖、しょう油、ごま油)		りんごゼリー (りんごジュース、砂糖、寒天粉)	炊き込みごはん、牛乳 (米、鶏もも肉、にんじん、まいたけ、グリーンピース、しょう油、砂糖)	
20	木	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンの西京焼き (サーモン、酒、白みそ、みそ、しょう油)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、砂糖、油)	キャベツのごま酢和え (キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、すりごま、しょう油)	すまし汁 (はんぺん、まりん、みつ葉、しょう油、塩)		バナナケーキ、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、バター、砂糖、バナナ、牛乳、はちみつ、生クリーム)	
21	金	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ジャーマンポテト (ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ、コンソメ、にんにく、油)	かぶの洋風煮 (かぶ、かぶの葉、にんじん、鶏がら)	チーズサラダ (レタス、鶏ささみ、チーズ、バジル粉、オリーブ油、塩)	コーンスープ (コーンクリーム、コーン缶、カリフラワー、鶏がら、スキムミルク、コンソメ)		セサミブレッド、牛乳	
22	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ねぎ塩焼きうどん (うどん、豚肩肉、キャベツ、にんじん、長ねぎ、もやし、にんにく、しょうが、中華あじ、塩、オイスターソース、ごま油)				スープ (チンゲン菜、玉ねぎ、鶏がら)	夏みかん	ひじきおにぎり、牛乳 (米、ひじき、にんじん、高野豆腐、しょう油、砂糖、のり)	
24	月	チーズ 麦茶	麦茶	かつおごはん (米、ごま、小松菜、かつお、酒、しょうが、にんにく、しょう油、砂糖、みりん、のり)	野菜の天ぷら風 (かぼちゃ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩、油、麵つゆ)	鶏汁 (鶏もも肉、ごぼう、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、みそ)		オレンジ	たらこスパゲティー、牛乳 (スパゲティー、豚ひき肉、たらこ、小ねぎ、鶏がら、しょう油、ごま油)		
25	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ケチャップチキン (鶏もも肉、しょうが、にんにく、酒、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、しょう油、カレー粉、バター)	青のりポテト (じゃが芋、青のり、塩)	春雨サラダ (春雨、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、塩)	みそ汁 (にら、なめこ、みそ)		ストロベリーブレッド、牛乳	
26	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	フォカッチャ	えびとアスパラのマカロニグラタン (マカロニ、えび、さけ、酒、アスパラガス、玉ねぎ、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ、チーズ、パン粉、パセリ粉)		スープ (ブロッコリー、にんじん、しめじ、コーン缶、コンソメ)			さつま揚げごはん、牛乳 (米、さつま揚げ、えのき、小ねぎ、麵つゆ、しょう油)	
27	木	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	焼豚 (豚肩ロース肉、しょうが、にんにく、酒、しょう油、砂糖、オイスターソース、ごま油)	たけのこの煮物 (たけのこ、絹さや、にんじん、厚揚げ、しょう油、砂糖)	かぶの浅漬け (かぶ、かぶの葉、キャベツ、塩)	みそ汁 (水菜、長ねぎ、みそ)		マーラーカオ、牛乳 (卵、小麦粉、三温糖、ベーキングパウダー、しょう油、ごま油、油、牛乳、練乳)	
28	金	ミレービスケット 野菜ジュース	野菜ジュース	<b>園外保育(きりん・くま・らいおん組はお弁当のご用意をお願いします)</b>							シュガーレーズンロール、牛乳
29	土	せんべい 麦茶	麦茶	カレーピラフ (米、ベーコン、玉ねぎ、コーン缶、グリーンピース、カレー粉、コンソメ、しょう油、バター)			クリームスープ (じゃが芋、にんじん、ほうれん草、シチュールウ、牛乳、鶏がら、パセリ粉)		グレープフルーツ	黒糖まんじゅう、牛乳 (小麦粉、黒糖、しょう油、みそ、重曹、油、こしあん)	
31	月	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれの煮つけ (かれい、酒、しょう油、砂糖、しょうが)	キャベツとにらの炒め物 (キャベツ、にら、にんじん、ちくわ、鶏がら、油)	わかめの酢の物 (わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (木綿豆腐、玉ねぎ、みそ)		鶏ごぼうごはん、牛乳 (米、鶏もも肉、ごぼう、しょう油、砂糖、油)	

6日(木)らいおん組リクエスト(こどもの日メニュー) 13日(木)5月誕生会 28日(金)園外保育(きりん、くま、らいおん組はお弁当のご用意をお願いします)

【旬の食材】あじ、さわら、かつお、わかめ、アスパラガス、かぶ、キャベツ、グリーンピース、ごぼう、じゃが芋、そら豆、たけのこ、にら、レタス、グレープフルーツ、甘夏みかんなど・・・