２０２２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							
2	月	チーズ 麦茶	麦茶		かつお漬け丼 （米、かつお、ちりめんじゃこ、小ねぎ、わかめふりかけ、刻みのり、しょうが、にんにく、ごま、酒、しょう油、みりん、塩）		さつま芋のオイマヨ炒め （さつま芋、ベーコン、オイスターソース、マヨネーズ、しょう油）	みそ汁 （かぶ、かぶの葉、なめこ、みそ）		ベリーカップケーキ、牛乳 （小麦粉、B.P、砂糖、スキムミルク、豆乳、ヨーグルト、レモン汁、バター、メープルシロップ、レーズン、クランベリー）
3	火	憲法記念日								
4	水	みどりの日								
5	木	こどもの日								
6	金	ミレービスケット 牛乳	麦茶	ゆかりごはん （米、押麦、ゆかりふりかけ）	唐揚げ （鶏もも肉、しょう油、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油）	旬野菜のチーズ焼き （たけのこ、そら豆、アスパラガス、コンソメ、ピザ用チーズ）	マカロニサラダ （マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、砂糖）	コーンスープ （クリームコーン缶、コーン缶、玉ねぎ、コンソメ、牛乳、スキムミルク、パセリ粉）		甘辛豚の混ぜごはん、牛乳 （米、豚ばら肉、しめじ、にんじん、にんにく、しょう油、砂糖、みりん、酒）
7	土	コーンフレーク 牛乳	麦茶		回鍋肉丼 （米、豚肩肉、キャベツ、ねぎ、ピーマン、にら、しょう油、酒、砂糖、にんにく、みそ、オイスターソース、片栗粉）			スープ （カリフラワー、にんじん、鶏がら、しょう油、ごま）	バナナ	きな粉のラスク、牛乳 （わらベロール、バター、グラニュー糖、きな粉、スキムミルク）
9	月	クラッカー 牛乳	麦茶		焼きうどん （うどん、鶏もも肉、ちくわ、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、しょう油、みりん、酒、かつお節、油）			すまし汁 （ごぼう、なす、しょう油、塩）	りんごゼリー （りんごジュース、寒天粉、砂糖）	キャロットライス、牛乳 （米、にんじん、ツナ缶、コンソメ、バター）
10	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	豚肉のしょう油とんこつ炒め （豚肩肉、にんじん、もやし、豆乳、鶏がら、みそ、しょう油、砂糖、にんにく、しょうが、片栗粉）	にらチヂミ （にら、玉ねぎ、小麦粉、片栗粉、スキムミルク、鶏がら、しょう油、砂糖、ごま油）	水菜の昆布和え （水菜、アスパラガス、昆布茶、塩昆布、めんつゆ）	スープ （ブロッコリー、黄パプリカ、鶏がら）		メープルブレッド、牛乳
11	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん （米、押麦）	かじきのホワイトソース （かじき、酒、玉ねぎ、マッシュルーム、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ、小麦粉、バター、塩、粉チーズ、パン粉、パセリ粉）	甘辛ごぼう （ごぼう、塩、片栗粉、砂糖、みりん、しょう油、ごま、油）	たらマヨサラダ （レタス、サニーレタス、にんじん、わかめ、たらこ、酢、マヨネーズ、しょう油、しょうが）	レモン風味スープ （キャベツ、じゃが芋、コンソメ、レモン汁）		カルピスバナナヨーグルト、ウエハース、麦茶 （ヨーグルト、バナナ、もも缶、カルピス、レモン汁、砂糖）（カル鉄ウエハース）
12	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶	豆ごはん （米、えんどう豆、コーン缶、酒、塩）	チキンカツ （鶏ささみ、酢、酒、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース）	ひじきの煮物 （ひじき、にんじん、油揚げ、しょう油、砂糖、みりん）	小松菜のおひたし （小松菜、玉ねぎ、桜えび、しょう油、砂糖）	みそ汁 （まいたけ、もやし、小ねぎ、みそ）	夏みかん	抹茶のパウンドケーキ、牛乳 （小麦粉、B.P、スキムミルク、卵、牛乳、グラニュー糖、バター、抹茶）
13	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	高野豆腐の肉巻き （高野豆腐、チーズ、豚肩ロース肉、小麦粉、しょう油、みりん、砂糖）	かぶのあんかけ （かぶ、カリフラワー、かぶの葉、鶏がら、オイスターソース、砂糖、片栗粉）	きんぴらのみそマヨ和え （にんじん、ごぼう、切干大根、すし酢、マヨネーズ、みそ、しょう油）	ワンタンスープ （たけのこ、ワンタンの皮、ほうれん草、鶏がら、しょうが）		ツナサラダパン、牛乳
14	土	チーズ 麦茶	麦茶		コーンクリームパスタ （スパゲッティ、ウインナー、クリームコーン缶、玉ねぎ、にんにく、豆乳、スキムミルク、コンソメ、塩、オリーブ油、パセリ粉）			スープ （チンゲン菜、にんじん、サニーレタス、コンソメ、しょう油）	グレープフルーツ	さけおにぎり、牛乳 （米、さけフレーク、えのき、しょう油、砂糖、塩、ごま、のり）
16	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん （米、押麦）	鶏肉のねぎま風焼き （鶏もも肉、ねぎ、片栗粉、しょう油、みりん、酒、砂糖）	切り昆布の煮物 （切り昆布、にんじん、油揚げ、酒、しょう油、みりん）	ほうれん草とトマトのサラダ （ほうれん草、トマト、しょう油、にんにく、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油）	みそ汁 （ひじき、いんげん、みそ）		ガーリックライス、牛乳 （米、ベーコン、玉ねぎ、コーン缶、粉チーズ、にんにく、しょう油、鶏がら）
17	火	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん （米、押麦）	さわらの蒲焼き （さわら、酒、片栗粉、油、しょう油、みりん、砂糖、青のり）	豚ばらと水菜の梅煮 （豚ばら肉、水菜、玉ねぎ、酒、梅干し、みりん、しょう油）	じゃが芋の和え物 （じゃが芋、にんじん、黄パプリカ、酢、砂糖、塩、オリーブ油）	すまし汁 （そうめん、小ねぎ、しょうゆ、塩）		ミルクブレッド、牛乳
18	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん （米、押麦）	豚ひき肉のサイコロステーキ （豚ひき肉、鶏レバー、厚揚げ、スキムミルク、片栗粉、玉ねぎ、酒、みりん、砂糖、しょう油、にんにく、しょうが、鶏がら）	コーンソテー （コーン缶、エリンギ、しょう油、バター）	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）	みそ汁 （切干大根、小松菜、みそ）		わかめラーメン、牛乳 （中華めん、なると、わかめ、もやし、鶏がら、しょう油、ごま、にんにく）
19	木	プルーン 麦茶	麦茶		カレーライス （米、鶏もも肉、かぼちゃ、にんじん、玉ねぎ、カレールウ、スキムミルク、りんごジャム、油）		ゆでブロッコリー （ブロッコリー）		オレンジ	おからの焼きドーナツ、牛乳 （米粉、スキムミルク、おから、ココア、砂糖、B.P、絹豆腐、バター、粉糖）
20	金	クラッカー 野菜ジュース	野菜ジュース	ごはん （米、押麦）	あじのアクアパッツァ風 （あじ、酒、トマト、にんにく、鶏がら、パセリ粉、塩、オリーブ油）	ごぼうのしぐれ煮 （ごぼう、玉ねぎ、しょうが、しょう油、みりん、砂糖）	かぶのオレンジドレッシングサラダ （かぶ、にんじん、かぶの葉、オレンジジュース、レモン汁、砂糖、塩）	スープ （じゃが芋、きくらげ、鶏がら）		ウインナーパン、牛乳
21	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶		レタスチャーハン （米、卵、鶏ひき肉、レタス、にら、ひじき、鶏がら、マヨネーズ、しょう油、スキムミルク）		さつま芋のバター焼き （さつま芋、めんつゆ、塩、かつお節、バター）	みそ汁 （ほうれん草、なめこ、みそ）		チーズクッキー、牛乳 （小麦粉、グラニュー糖、粉チーズ、クリームチーズ、バター）
23	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	さばのみそ煮 （さば、酒、みそ、しょう油、砂糖、みりん、しょうが）	じゃが芋のオイスターソース炒め （じゃが芋、いんげん、オイスターソース、酒、塩、バター）	きゅうりの酢の物 （きゅうり、わかめ、かにかま、砂糖、酢、塩、しょう油）	すまし汁 （ごぼう、みつば、しょう油、塩）		にゅうめん、牛乳 （そうめん、豚肩肉、ねぎ、なす、しょうが、めんつゆ）
24	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	鶏手羽のさっぱり煮 （鶏手羽元、酢、しょう油、酒、みりん、しょうが、にんにく）	大根餅 （大根、切干大根、桜えび、小麦粉、片栗粉、みりん、しょう油、ごま油）	ビーンズサラダ （サニーレタス、レタス、黄パプリカ、ミックスビーンズ缶、ひきわり納豆、にんじん、玉ねぎ、ごま、オリーブ油、しょう油、酢、砂糖）	みそ汁 （水菜、もやし、みそ）		ジャムあんパン、牛乳 （ロールパン、粒あん、いちごジャム）
25	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶		ボロネーゼパスタ （スパゲッティ、高野豆腐、大豆、玉ねぎ、にんじん、エリンギ、にんにく、トマト缶、ケチャップ、しょう油、みそ、砂糖、塩、オリーブ油、バジル粉）		花野菜のマヨ和え （カリフラワー、ブロッコリー、マヨネーズ、スキムミルク、砂糖）		ぶどうゼリー （ぶどうジュース、寒天粉、砂糖）	ひじきごはん、牛乳 （米、ひじき、コーン、にんじん、しょう油、砂糖、塩）
26	木	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん （米、押麦）	かれいの蒸し焼きバタポンソースがけ （かれい、酒、玉ねぎ、にんじん、バター、しょう油、ポン酢、砂糖）	じゃが芋のそぼろ煮 （じゃが芋、豚ひき肉、鶏がら、砂糖、オイスターソース、酒、しょうが、片栗粉）	わかめのナムル （わかめ、キャベツ、しょう油、塩、ごま油、砂糖、ごま）	みそ汁 （にら、まいたけ、みそ）		テリーヌ、牛乳 （クリームチーズ、チーズ、ヨーグルト、生クリーム、牛乳、コーンスターチ、スキムミルク、グラニュー糖、卵、りんごジャム）
27	金	ウエハース 牛乳	麦茶	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						スペシャルレーズンブレッド、牛乳
28	土	クラッカー 牛乳	麦茶		ソース焼きそば （中華めん、豚肩肉、キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、とんかつソース、ウスターソース、オイスターソース、鶏がら、青のり、油）			スープ （チンゲン菜、春雨、鶏がら）	グレープフルーツ	おかかとごまのおにぎり、牛乳 （米、かつお節、ちりめんじゃこ、ごま、しょう油、のり）
30	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	カレー風味のしょうが焼き （豚肩ロース肉、しょう油、カレー粉、酒、しょうが、油）	がんものきのこあんかけ （がんもどき、にんじん、えのき、しめじ、めんつゆ、砂糖、しょう油、みりん、酒、片栗粉）	キャベツのゆかり和え （キャベツ、ゆかりふりかけ、塩、酢）	スープ （たけのこ、みつば、鶏がら、しょう油、ごま油）		さつま芋ミルククッキー、牛乳 （小麦粉、スキムミルク、バター、コンデンスミルク、牛乳、砂糖、さつま芋粉）
31	火	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん （米、押麦）	サーモンのポテト焼き （サーモン、酒、じゃが芋、アスパラガス、牛乳、バター、鶏がら、パン粉、パセリ粉）	なすの南蛮風 （なす、鶏ひき肉、大根、にら、片栗粉、しょう油、酢、みりん、砂糖、しょうが、油）	ひじきとほうれん草のサラダ （ひじき、ほうれん草、マヨネーズ、スキムミルク、しょう油、鶏がら、ごま油、ごま）	豆乳みそスープ （かぶ、かぶの葉、レタス、豆乳、みそ、コンソメ）		ピロシキ風焼きパン、牛乳

６日（金）こどもの日メニュー（らいおん組さんのリクエストメニューです） １２日（木）５月誕生会 ２０日（金）らいおん組宿泊保育 27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、ごぼう、じゃが芋、たけのこ、にら、レタス、グレープフルーツ、夏みかん・・・など