

5月予定献立表

2019年度 認定こども園おおい

日 曜	午前おやつ (乳児)	昼 食 献 立 名		午 後 おやつ	材 料 と 体 内 で の 働 き		
		主 食	副 食		カや体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
7 火	やさいせん 牛乳	キーマ カレー	ひじきの炒り煮 フルーツ(バナナ)	☆クッキー 牛乳	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 牛乳 油あげ	玉ねぎ 人参 ひじき バナナ
8 水	ビスケット 牛乳	うどん	そら豆のかき揚げ おかか和え(大根・人参)	うすやきせんべい お米deガトゴゴ 牛乳	うどん 天ぷら粉 油 砂糖	ウインナー 卵 糸けつり はんぺん 牛乳	そら豆 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり チンゲン菜
9 木	クラッカー 牛乳	ごはん	鶏肉の治部煮 パンサンスー みそ汁(大根・なめこ)	☆バナナブラウニー 牛乳	米 砂糖 片栗粉 春雨 ホットケーキの素	鶏肉 みそ 豆乳 牛乳	きゅうり 人参 コーン なめこ 大根 バナナ
10 金	えびせん 牛乳	ごはん	鮭の照り焼き 青菜とあげの煮浸し みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・あさつき)	ヨーグルト 揚げせんべい 牛乳	米 油 砂糖	鮭 油あげ みそ 牛乳	小松菜 かぼちゃ 玉ねぎ あさつき
11 土	クッキー 牛乳	ごはん	コロッケ 青菜の納豆和え みそ汁(ワカメ)	厚切パウム 青のりせんべい 牛乳	米 油 砂糖 ふ 小麦粉 パン粉 じゃがいも	豚肉 納豆 みそ 牛乳 糸けつり	玉ねぎ ほうれん草 人参 わかめ
13 月	クッキー 牛乳	ごはん	肉団子の甘辛煮 お浸し(もやし・きゅうり) みそ汁(大根・わかめ)	しょうゆせんべい サブレ のむヨーグルト	米 片栗粉 油 砂糖	豚ひき肉 糸けつり みそ のむヨーグルト	玉ねぎ 生姜 もやし きゅうり 人参 わかめ 大根
14 火	みかん(缶) 牛乳	ごはん	鶏肉と大豆の煮物 大根ときゅうりのサラダ みそ汁(かぼちゃ・えのき)	☆きなことトースト 牛乳	米 油 砂糖 パン マーガリン	鶏肉 大豆 みそ 牛乳	生姜 長ねぎ 大根 きゅうり 人参 かぼちゃ えのき草
15 水	ビスケット 牛乳	バター ロール	ツナとチーズのオムレツ わかめとコーンのサラダ スープ(ベーコン・じゃがいも)	☆たけのこご飯 麦茶	パン サラダ油 砂糖 じゃがいも 米	鶏卵 ツナ チーズ ハム 油揚げ ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり わかめ コーン たけのこ イグツ
16 木	やさいせん 牛乳	うどん	かじきのごまフライ もやしときゅうりの甘酢和え	せんべい塩 クレープ(みかん) 牛乳	うどん 小麦粉 パン粉 ごま 油 砂糖	かじき鮭 鶏肉 牛乳	もやし きゅうり 人参 小松菜
17 金	せんべい 牛乳	ごはん	肉じゃが ブロッコリーのごま和え みそ汁(豆腐・なめこ)	☆キャラメル パウンドケーキ 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ごま ホットケーキの素	豚肉 みそ 豆腐 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース ブロッコリー なめこ
18 土	ボンせん 牛乳	ごはん	豚肉の甘辛煮 きゃべつの浅漬け みそ汁(もやし・わかめ)	ミニパン(ピーナツ) 塩せんべい 牛乳	米 砂糖 パン	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ビーマン キャベツ もやし わかめ
20 月	クラッカー 牛乳	ごはん	炒めビーフン 人参のクリームーサラダ みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)	☆フルーツポンチ 牛乳	米 ビーフン 油 マヨネーズ 砂糖	豚肉 ヨーグルト みそ 牛乳	しいたけ 人参 玉ねぎ きゅうり コーン 黄桃 キャベツ みかん パイン
21 火	ビスケット 牛乳	ごはん	シュウマイ 中華サラダ すまし汁(鶏肉・大根)	甘辛せんべい フチマドレーヌ ショア	米 シュウマイの皮 はるさめ ごま油 砂糖	豚肉 ハム 鶏肉 ホタテ	きゅうり 人参 玉ねぎ もやし 大根 シイタケ グリーンピース
22 水	せんべい 牛乳	バター ロール	ハンバーグ キャベツとツナのサラダ スープ(チンゲン菜・コーン)	☆いなり寿司 麦茶	パン 片栗粉 砂糖 油 米 ごま マヨネーズ	豚肉 豆乳 ツナ 油あげ 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり チンゲン菜 コーン 人参
23 木	クッキー 牛乳	ごはん	ポークビーンズ 大根のきんぴら みそ汁(ふ・わかめ)	☆サンドイッチ(卵) 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ごま ふ パン マヨネーズ	大豆 豚肉 みそ 牛乳 卵	玉ねぎ 人参 トマト 大根 ビーマン わかめ
24 金	せんべい 牛乳	ラーメン	煮豚 キャベツとコーンのサラダ	ごませんべい ヨーグルト 牛乳	中華麺 砂糖 油 マヨネーズ	豚肉 みそ ヨーグルト 牛乳	長ねぎ 生姜 きゅうり キャベツ 人参 もやし にら コーン
25 土	えびせん 牛乳	ごはん	鶏肉と玉ねぎの炒め きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁(あさつき・なめこ)	メロンパン クラッカー 牛乳	米 油 マヨネーズ 砂糖 パン	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ きゅうり 人参 わかめ あさつき なめこ
27 月	みかん(缶) 牛乳	ごはん	春巻 春雨の中華サラダ すまし汁(はんぺん・ねぎ)	クッキー 塩せんべい 牛乳	米 片栗粉 油 はるさめ 砂糖 春巻きの皮	豚肉 ハム はんぺん 牛乳	生姜 にんにく きゅうり もやし 人参 シイタケ 長ねぎ タケノコ
28 火	ビスケット サンド 牛乳	ごはん	松風焼き マゼドアンサラダ みそ汁(もやし・わかめ)	☆オレンジゼリー 牛乳	米 砂糖 片栗粉 パン粉 じゃがいも ごま マヨネーズ	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ きゅうり 人参 コーン もやし わかめ みかん
29 水	ポーロ 牛乳	バター ロール	ポテトミートグラタン グリーンサラダ スープ(ハム・チンゲン菜)	クッキー おせんべい のむヨーグルト	パン じゃがいも 小麦粉 砂糖 マヨネーズ	豚肉 牛乳 チーズ ハム 飲むヨーグルト	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり コーン チンゲン菜
30 木	せんべい 牛乳	ポーク カレー	もやしときゅうりのドレッシング ぶどうゼリー	☆ミートパイ	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉 砂糖 パイシート	豚肉 牛乳 チーズ	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり トマト
31 金 誕生会	ビスケット 牛乳	キャロット ライス	エビフライ キャベツとツナのサラダ スープ(コーン・わかめ) ヤクルト	ケーキ 牛乳	米 油 小麦粉 パン粉 油 砂糖 マヨネーズ	ハム えび ツナ 牛乳 生クリーム	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン わかめ

平均 乳児食(基準献立) エネルギー450kcal たんぱく質17.4g 脂質14.0g 食塩相当量1.6g ※献立変更により栄養価が変わることがあります。
栄養価 幼児食(基準献立) エネルギー563kcal たんぱく質21.7g 脂質17.5g 食塩相当量2.0g