

献立表 5 がつ

乳児(あひる・あかぐみ)、幼児(もも・さ・おおくみ)
 新しい環境にまだまだ慣れず、食バ。一とに苦戦している子どもの姿もありませんが、
 「今日のご飯はなに?」「おやつはなに?」と給食を楽しみにしている様子も見られます。
 連休の間も早寝・早起きを心がけて規則正しい生活を送り、家族で元気に過ごして
 欲しいと思います。暑い日も多くなるのでこまめに水分補給を心がけましょう。

	日 2・16・30	火 3・17・31	水 4・18	木 5・19	金 6・20	土 7・21
献立	チンジャオロース いろどりナムル 中華スープ	ささみフライ ポテトサラダ みそ汁	焼魚 高野豆腐煮 すまし汁	ポークカレー コーンスローサラダ くしもの	筑前煮 ちんげん菜と人参の お灸	鶏南蛮風 うどん チキンとしらすの お灸
材料	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 ヒレマン 20 30 赤いパプリカ 8 12 黄パプリカ 8 12 たけのこ 10 15 片栗粉 1 2 (酒、しょう油、砂糖) 大モやし 15 20 人参 3 4 小松菜 15 20 ゴマ 0.7 1 (しょう油、ごま油) 玉ねぎ 15 20 えのき 5 7 ちんげん菜 7 10 (鶏ガラスープ、塩、ごま油)	ごはん 乳幼 ささみ 40 60 小麦粉 4 6 片栗粉 5 7 (油、塩) じゃが芋 30 45 きゅうり 5 7 新玉ねぎ 7 10 人参 4 4 コーン 3 3 (マヨネーズ、塩) かぶ 18 25 かぶの葉 5 7 人参 5 7 (味噌)	ごはん 乳幼 さわら 40 60 (塩) 高野豆腐 6 8 人参 15 20 絹さや 3 4 しめじ 6 8 (酒、お灸、砂糖、しょう油) 大根 15 20 玉ねぎ 15 20 春豆腐 3 5 みつば 1 2 (酒、お灸、塩、しょう油)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 じゃが芋 40 60 玉ねぎ 30 40 人参 15 20 バター 3 4 小麦粉 3 4 カレー粉 6 8 ヨーグルト 0.2 0.3 スキムミルク 3 4 チーズ 1 2 (バター、黒砂糖、塩) 春キャベツ 30 40 きゅうり 5 7 人参 4 5 コーン 2 3 (酢、砂糖、塩、しょう油) オレンジ	ごはん 乳幼 鶏肉 30 40 春豆腐 12 18 れんこん 15 20 人参 10 15 板こんにゃく 8 10 糸豆腐 2 3 (酒、お灸、しょう油、砂糖) ちんげん菜 30 40 人参 3 4 木ねぎ 0.7 1 (しょう油、ごま油) たけのこ 7 10 わかめ 0.3 0.4 (味噌)	うどん 乳幼 うどん 40 60 鶏肉 25 35 白ねぎ 4 5 人参 6 8 まいたけ 8 10 (昆布、しょう油、しょうが、塩、濃口しょう油、酒、お灸、砂糖) 春キャベツ 30 40 人参 3 4 しらす 1 2 花のお灸 1 2 (しょう油)
おやつ	蒸しパン、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、サラダ油、黒砂糖、レーズン、ジャムなど)	おはぎ、お茶 (米、もち米、あんこ、きな粉、砂糖、塩)	ミトソス、牛乳 (スライス、豚シテ、塩、玉ねぎ、マヨネーズ、トマトソース、ジャム、砂糖)	2色ういろう、お茶 (小麦粉、片栗粉、砂糖、抹茶、黒砂糖)	ラスク、牛乳 (餡パン、バター、グラニュー糖)	おせんべい 果物 など お茶
献立	八宝菜 春雨サラダ	ミートボール マカロニサラダ 豆乳コンスープ	鶏の梅味噌焼き 納豆和え すまし汁	アジのかば焼き 五目豆の煮物 みそ汁	コーンコロッケ ささみと春野菜の 塩昆布和え すまし汁	野菜いため みそ汁
材料	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 白菜 15 20 春キャベツ 10 15 人参 7 10 おせし 15 20 しめじ 4 6 マヨネーズ 6 8 小松菜 7 10 片栗粉 3 5 (鶏ガラスープ、塩、酒) 春雨 5 7.5 人参 3 5 きゅうり 5 7 生わかめ 3 4 園の夏みかん 1 2 (酢、砂糖、塩)	パン 乳幼 合挽きミンチ 35 50 おから 15 20 玉ねぎ 7 10 ひじき 0.3 0.5 豆乳 15 20 片栗粉 1 2 (ジャム、砂糖、塩) マカロニ 8 12 人参 4 7 きゅうり 5 7 コーン 3 5 りんご 4 6 (マヨネーズ、塩) 玉ねぎ 15 20 クリーム 20 30 豆乳 35 50 片栗粉 1 2 (コンソメ、塩、油)	ごはん 乳幼 鶏肉 50 70 梅干し 1 2 (味噌、油、しょう油) ひきわり納豆 7 10 ほうれん草 10 15 白菜 15 20 モやし 10 15 人参 5 7 シーチキン 7 10 焼のり 0.3 0.5 (しょう油) 昆布 0.7 1 たけのこ 7 10 わかめ 0.3 0.4 (酒、お灸、しょう油、塩)	ごはん 乳幼 アジ 40 60 片栗粉 3 4 土佐巻 3 4 みつば 3 4 (しょう油、お灸、砂糖) 水蒸大豆 15 20 人参 3 5 えんどう豆 5 8 春豆腐 3 5 板こんにゃく 0.2 0.3 昆布 0.2 0.3 (酒、お灸、しょう油、砂糖) おまかせ 25 35 小松菜 7 10 (味噌)	ごはん 乳幼 合挽きミンチ 30 40 じゃが芋 40 60 コーン 6 9 小麦粉 3 5 片栗粉 4 8 油 4 8 (砂糖、しょう油、お灸、塩) 鶏ささみ 8 10 春キャベツ 20 30 アスパラ 10 15 人参 5 7 (塩昆布) 玉ねぎ 15 20 しめじ 4 6 人参 5 7 ねぎ 0.7 1 (酒、お灸、しょう油、塩)	ごはん 乳幼 シーチキン 17 25 春キャベツ 15 20 玉ねぎ 10 15 人参 8 10 モやし 8 10 ヒレマン 4 6 (鶏ガラスープ、塩、しょう油) 昆布 0.7 1 わかめ 0.3 0.4 (味噌)
おやつ	バナナケーキ、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、バナナ、サラダ油、豆乳、レーズン)	豆ごはんのおにぎり、お茶 (米、昆布、塩、えんどう豆)	抹茶小豆焼もちパン、牛乳 (米粉、白玉粉、抹茶、塩、砂糖、油、甘納豆)	カルピス寒天、牛乳 (カルピス、寒天、砂糖、お灸、黄桃缶、白米紙)	きつねうどん、お茶 (うどん、油あげ、天かす、ねぎ、昆布、酒、お灸、砂糖、塩、しょう油、濃口しょう油)	ピストレット 果物 など お茶

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。 2022. 4. 27