幼児

5月のこんだて

ところっこ保育園

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
1	土	昼食	麦茶	豚丼 浅漬け 味噌汁	米・豚肉・玉葱・生姜・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒 キャベツ・人参・塩昆布 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ゼリー	リンゴジュース･ゼラチン
3	月	昼食		憲法記念日	
		おやつ			
4	火	昼食		みどりの日	
		おやつ			
5	水	昼食		こどもの日	
		おやつ			
6	木	昼食	麦茶	鶏たまぞうすい 小松菜サラダ 果物	米・鶏肉・卵・小葱・胡麻・コンソメ 小松菜・ハム・チーズ・マヨネーズ
		おやつ	麦茶	コーン蒸しパン	コーン･薄力粉･ベーキングパウダー･牛乳･砂糖
7	金	昼食	麦茶	ごはん カレイの竜田揚げ チンゲン菜とえのきのごま和え すまし汁	米 カレイ・塩・片栗粉・油 チンゲン菜・えのき・人参・胡麻・砂糖・醤油 豆腐・長葱・わかめ・鰹昆布だし・塩・醤油
		おやつ	麦茶	アメリカンドック	小麦粉・砂糖・塩・ベーキングパウダー・マヨネーズ・卵・牛乳 ウインナー・ケチャップ
8	土	昼食	麦茶	あんかけ焼きそば ステック野菜 ジュース	中華麺・豚肉・玉葱・白菜・人参・小松菜・椎茸・生姜・鶏ガラだし・醤油・ 酒・砂糖・オイスターソース・塩・ごま油・片栗粉 にんじん・きゅうり・マヨネーズ ジュース
		おやつ	麦茶	おにぎり	米･鰹節･醤油
10	月	昼食	麦茶	ごはん 豚肉のはんぺん揚げ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米 豚バラ・はんぺん・小麦粉・パン粉・サラダ油・中濃ソース マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・マヨネーズ・塩 キャベツ・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌 オレンジ
		おやつ	麦茶	わかめおにぎり	米･混ぜ込みわかめの素
11	火	昼食	麦茶	五穀ごはん 筑前煮 豆苗ベーコン炒め 味噌汁	米・白麦・もちきび・もちあわ・アマランサス・いりごま 鶏もも・人参・たけのこ・こんにゃく・ごぼう・蓮根・高野豆腐・椎茸 絹さや・醤油・砂糖・酒・みりん・ごま油・鰹昆布だし 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	じゃこトースト	食パン･しらす･青のり･マヨネーズ
12	水	昼食	麦茶	ごはん 鮭のマヨコーン焼き きんぴら かきたまスープ	米 鮭・コーン・マヨネーズ・塩 ごぼう・人参・こんにゃく・ごま油・砂糖・醤油・みりん・酒・いりごま 玉葱・人参・小松菜・卵・昆布だし・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	バナナケーキ	小麦粉･砂糖･ベーキングパウダー･サラダ油･牛乳･バナナ
13	木	昼食	麦茶	留守番カレー 海藻サラダ 果物	米･豚肉･玉葱･人参･じゃが芋･ケチャップ･カレールゥ キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・わかめ・鰹昆布だし・みりん・リンゴ酢・塩・醤油 キウイフルーツ
		おやつ	麦茶	ヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト･コーンフレーク
14	金	昼食	麦茶	ひじきごはん メルルーサの和風あんかけ ごまとじゃこの粉ふき芋 味噌汁	米･ひじき･人参･油揚げ･醤油･みりん･酒･塩･砂糖 メルルーサ・塩・片栗粉・サラダ油・ピーマン・人参・しめじ・鰹昆布だし 醤油・みりん・砂糖 じゃが芋・しらす・いりごま・塩 豆腐・葱・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	うどん	うどん･醤油･みりん･酒･鰹昆布だし･砂糖･油揚げ

日	曜日			メニュー名	
15	土	昼食	麦茶	おにぎり キャベツサラダ 豚汁	米･鰹節･醤油･焼きのり キャベツ・胡瓜・竹輪・白ごま・マヨネーズ・塩 豚肉・大根・里芋・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・ごま油・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	せんべい	せんべい
17	月	昼食	麦茶	トマトパスタ チキンナゲット きのこの生姜スープ 果物	スパゲティ・トマト・ニンニク・ベーコン・オリーブオイル・塩・コンソメ 鶏挽き肉・卵・酒・醤油・マヨネーズ・小麦粉・塩・サラダ油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩 バナナ
		おやつ	麦茶	塩おにぎり	米･塩
18	火	昼食	麦茶	ごはん 肉じゃが わかめと胡瓜の酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白滝・いんげん・醤油・みりん・砂糖 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹昆布だし・塩・砂糖 納豆・醤油・鰹昆布だし・砂糖 小松菜・玉ねぎ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	キャロットケーキ	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油・人参
19	水	昼食	麦茶	ごはん 鰆の西京焼き 豆苗のおかか和え 高野豆腐の卵とじ すまし汁	米 さわら・味噌・酒・みりん・砂糖 豆苗・人参・鰹節・醤油 高野豆腐・人参・三つ葉・椎茸・卵・砂糖・醤油・鰹だし 麩・長葱・えのき・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	ゼリー クラッカー	オレンジジュース・ゼラチン クラッカー
20	木	昼食	麦茶	ごはん 豆腐の肉巻き 磯和え 味噌汁 果物	米 木綿豆腐・豚バラ・片栗粉・醤油・酒・みりん・砂糖 キャベツ・小松菜・焼きのり・醤油 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ジャムサンド	食パン･いちごジャム
21	金	昼食	麦茶	コストコパン ハンバーグ お豆たっぷりサラダ ミニトマト ポタージュ	コストコパン 合い挽き肉・玉葱・パン粉・牛乳・卵・塩・ケチャップ・中濃ソース 大豆・キャベツ・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ ミニトマト じゃが芋・玉ねぎ・人参・牛乳・コンソメ
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり	米・鮭
22	土	昼食	麦茶	えびチャーハン もやしのナムル わかめスープ	米･えび･玉葱･人参･小葱･サラダ油･鶏ガラだし･醤油･塩 もやし・ほうれん草・ごま油・塩・いりごま わかめ・玉葱・いりごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	バナナ	バナナ
24	月	昼食	麦茶	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツ添え 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・しょうが・醤油・みりん・酒・塩 キャベツ・鶏ガラだし・ごま油・塩 じゃがいも・青のり・塩 麩・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ピラフ	米･コンソメ･ツナ･玉葱･人参･ピーマン
25	火	昼食	麦茶	わかめごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米･炊き込みわかめの素 鶏もも肉・酒・醤油・生姜・ニンニク・マヨネーズ・片栗粉・サラダ油 マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・マヨネーズ・塩 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌 オレンジ
		おやつ	麦茶	黒糖蒸しパン	牛乳･黒糖･卵･リンゴ酢･はちみつ･小麦粉･黒ゴマ
26	水	昼食	麦茶	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁	米 鯖・塩 小松菜・人参・醤油・鰹節・納豆 鶏もも・白菜・大根・人参・ごぼう・豆腐・里芋・葱・椎茸・鰹昆布だし・ 醤油・酒・みりん
		おやつ	麦茶	お好み焼き	小麦粉･ベーキングパウダー･塩･昆布だし･豚肉･キャベツ･コーン･中濃ソース
27	木	昼食	麦茶	ごはん レバーナッツ 海藻サラダ 味噌汁	米 豚レバー・酒・醤油・生姜・牛乳・片栗粉・サラダ油・さつま芋・じゃが芋・かぼちゃ・砂糖 アーモンド キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・わかめ・鰹昆布だし・みりん・リンゴ酢・塩・醤油 豆腐・なめこ・葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ココアプリン	牛乳・砂糖・ゼラチン・ココア
28	金	昼食	麦茶	ごはん タラのピカタ かぼちゃとベーコン炒め きのこの生姜スープ 果物	米 タラ・卵・塩・小麦粉・パセリ・サラダ油 かぼちゃ・ベーコン・ニンニク・塩・オリーブ油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩 バナナ
		おやつ	麦茶	肉まん	小麦粉･砂糖･塩･ベーキングパウダー･サラダ油･豚挽き肉･玉葱･オイスターソース･ごま油 生姜・片栗粉
29	土	昼食	麦茶	とり丼 浅漬け 味噌汁	米･鶏もも肉･玉葱･鰹昆布だし･醤油･みりん･酒･砂糖 キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布 玉葱・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	コンソメポテト	じゃが芋･コンソメ
31	月	昼食	麦茶	カレーうどん 小松菜サラダ 果物	うどん・豚肉・玉葱・人参・小松菜・油揚げ・鰹昆布だし・醤油・カレールゥ 小松菜・ハム・チーズ・マヨネーズ バナナ
		おやつ	麦茶	おかかおにぎり	米･鰹節･醤油