

2017年5月予定献立表

尾山台保育園

曜	日	昼 食	材 料 名	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食	材 料 名
月	15 29	鶏肉の味噌漬け焼き 新じゃがいもとグリーンピース煮 ごはん 孟宗汁(山形県)	鶏肉・味噌・みりん・酒 じゃがいも・人参・玉葱・グリーンピース・醤油・塩・砂糖・油 胚芽米・きび・発芽玄米 生揚げ・たけのこ・人参・わかめ・青菜・味噌・煮干し	フルーツクリームサンド(みかん) 食パン・生クリーム・砂糖・みかん缶 くだもの・牛乳	かりんとう せんべい 麦茶	焼きそば ブロッコリーのナムル スープ ヨーグルト	中華麺・豚肉・キャベツ・玉葱・もやし・人参・ピーマン・油・青海苔・ウスターソース・中濃ソース・塩 ブロッコリー・人参・醤油・ごま油・かつおだし 野菜・かつおだし・醤油・塩 ヨーグルト
火	16 30	牛肉とアスパラのオムレツ キャベツの磯辺和え ごはん 切干大根の味噌汁	鶏卵・牛肉・アスパラガス・玉葱・トマト・塩・バター・牛乳・油 キャベツ・きゅうり・青海苔・醤油・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 切り干し大根・人参・玉葱・絹さや・わかめ・味噌・煮干し	きな粉蒸しパン 小麦粉・全粒粉・ベーキングパウダー・きな粉・砂糖 豆乳・牛乳・油・甘納豆 くだもの・牛乳	ウエハース せんべい 麦茶	魚のチーズ焼き 野菜ソテー ごはん 味噌汁	魚・チーズ キャベツ・玉葱・人参・もやし・ピーマン・塩・醤油・油 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
水	17 31	魚の梅焼き 生揚げと筍煮 ごはん キャベツと玉葱の味噌汁	魚・味噌・梅ひしお・砂糖・みりん・酒 生揚げ・白滝・人参・たけのこ・絹さや・醤油・みりん・砂糖 胚芽米・きび・発芽玄米 キャベツ・玉葱・人参・青菜・味噌・煮干し	大学かぼちゃ かぼちゃ・油・醤油・砂糖・黒ごま くだもの・牛乳	クッキー あられ 麦茶	麻婆豆腐 もやしのお浸し ごはん 味噌汁	豆腐・豚肉・長ねぎ・人参・にら・にんにく・しょうが・味噌・醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 もやし・人参・きゅうり・醤油・けずりぶし 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
木	18	豆腐のあんかけ おかひじきの和え物 ごはん なめこの味噌汁	豆腐・片栗粉・油・鶏肉・人参・長ねぎ・乾椎茸・醤油・砂糖 おかひじき・もやし・人参・醤油・かつおだし・けずりぶし 胚芽米・きび・発芽玄米 なめこ・長ねぎ・人参・わかめ・青菜・味噌・煮干し	かしわ飯(福岡県) 胚芽米・きび・鶏肉・ごぼう・人参・乾椎茸・万能ねぎ 醤油・酒 くだもの・牛乳	ビスケット せんべい 麦茶	牛肉とごぼうの味噌金平 じゃがいもの炒め煮 ごはん 味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・こんにやく・味噌・砂糖・醤油・ごま油 じゃがいも・絹さや・人参・油・砂糖・醤油 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
金	19	鶏肉のトマトソース煮 白豆サラダ ごはん もやしときくらげのスープ	鶏肉・玉葱・マッシュルーム・コーン缶・パセリ・にんにく・トマトピューレ・塩・油・生クリーム 白豆・キャベツ・きゅうり・人参・油・酢・砂糖・塩 胚芽米・きび・発芽玄米 もやし・人参・長ねぎ・青菜・きくらげ・醤油・塩・かつおだし	コーンマヨパン(卵無し) 強力粉・砂糖・ドライイースト・塩・油・豆乳 コーン缶・マヨネーズ(卵無し) くだもの・牛乳	クッキー せんべい 麦茶	魚のステーキ 小松菜と人参のソテー ごはん 味噌汁	魚・片栗粉・油・玉葱・醤油・砂糖・酢・塩・かつおだし 小松菜・人参・油・塩 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
土	6 20	きしめん じゃがいものごま味噌煮 くだもの	つむぎ(乳児)・きしめん(幼児)・油揚げ・人参・青菜・昆布・削り節・塩・酒・醤油・みりん・かつおだし じゃがいも・味噌・砂糖・みりん・酒・白ごま くだもの	食パンサンド 食パン・ジャム くだもの・牛乳	菓子 せんべい 麦茶		
月	8 22	魚のムニエル チキンサラダ ごはん 玉葱のカレースープ	魚・塩・小麦粉・バター・パセリ 鶏肉・キャベツ・きゅうり・人参・油・酢・砂糖・塩・ケチャップ 胚芽米・きび・発芽玄米 キャベツ・玉葱・人参・青菜・カレー粉・醤油・塩・みりん・かつおだし	ちまき 胚芽米・きび・もち米・人参・たけのこ・青菜・乾椎茸 干しえび・ごま油・醤油・塩・砂糖 くだもの・牛乳	かりんとう せんべい 麦茶	豚肉スパゲッティ きゅうりの塩もみ スープ	スパゲッティ・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・コーン缶・ケチャップ・中濃ソース・砂糖・塩・油 きゅうり・塩 野菜・かつおだし・醤油・塩
火	9 23	千草焼き 小松菜とぜんまいのナムル ごはん じゃがいもとほうれん草の味噌汁	鶏卵・鶏肉・玉葱・人参・小松菜・しょうが・油・醤油・塩・みりん もやし・小松菜・長ねぎ・ぜんまい・醤油・酢・砂糖・塩・ごま油・白ごま 胚芽米・きび・発芽玄米 じゃがいも・ほうれん草・人参・玉葱・味噌・煮干し	マカロニきなこ マカロニ・きな粉・砂糖・塩・油 くだもの・牛乳	ウエハース せんべい 麦茶	鶏肉とピーマンの味噌炒め 人参サラダ ごはん 味噌汁	鶏肉・酒・醤油・しょうが・長ねぎ・たけのこ・ピーマン・片栗粉・味噌・中濃ソース・にんにく・油 人参・しらす・油・酢・塩 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
水	10 24	ゆで豚ごまだれソース アスパラキャベツソテー ごはん 大根の味噌汁	豚肉・味噌・砂糖・酢・白ごま・かつおだし キャベツ・人参・玉葱・アスパラガス・塩・油 胚芽米・きび・発芽玄米 大根・人参・わかめ・青菜・味噌・煮干し	プルーンケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・マーガリン・砂糖・黒砂糖 水・豆乳・プルーン くだもの・牛乳	クッキー あられ 麦茶	豆腐とエビのケチャップ煮 さつまいも甘露煮 ごはん 味噌汁	豆腐・豚肉・えび・玉葱・長葱・人参・生姜・にんにく・グリーンピース・油・ケチャップ・砂糖・醤油・片栗粉・水 さつまいも・砂糖・はちみつ・水 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
木	11 25	にらと豆腐のハンバーグ ごぼうといんげんの胡麻味噌和え ごはん もやしとわかめの味噌汁	豆腐・鶏肉・人参・にら・パン粉(卵無し)・醤油・塩・砂糖・油 こんにやく・ごぼう・人参・いんげん・味噌・酒・砂糖・白ごま・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 わかめ・もやし・人参・玉葱・青菜・味噌・煮干し	じゃがバター(北海道) じゃがいも・バター・塩・青のり くだもの・牛乳	ビスケット せんべい 麦茶	魚の照り焼き 大根としめじの煮物 ごはん 味噌汁	魚・醤油・酒・みりん・油 大根・しめじ・人参・絹さや・醤油・酒・みりん・砂糖 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
金	12 26	白身魚とアスパラのかき揚げ おくら納豆 ごはん 豆腐と玉葱の味噌汁	魚・アスパラガス・玉葱・人参・小麦粉・片栗粉・水・塩・油 納豆・オクラ・えのき・醤油・白ごま・削り節 胚芽米・きび・発芽玄米 豆腐・玉葱・青菜・わかめ・味噌・煮干し	いちごジャムパン ホットケーキミックス・ベーキングパウダー・ヨーグルト 牛乳・いちごジャム くだもの・牛乳	クッキー せんべい 麦茶	肉団子 ほうれん草とコーンのソテー ごはん 味噌汁	鶏肉・玉葱・パン粉(卵無し)・塩・醤油・酒・みりん・片栗粉・かつおだし ほうれん草・コーン缶・バター・塩 胚芽米・きび 野菜・味噌・かつおだし
土	13 27	五目うどん かぼちゃプルーン煮 くだもの	干めん・豚肉・油揚げ・ごぼう・人参・生椎茸・長ねぎ・青菜・醤油・塩・酒・かつおだし かぼちゃ・プルーン・砂糖・塩 くだもの	食パンラスク 食パン・バター・砂糖 くだもの・牛乳	菓子 せんべい 麦茶		

* ひよこ組のみ9:30に朝の牛乳があります。

* 幼児 エネルギー547kcal たんぱく質23.3g 脂質15.5g カルシウム280mg

* 夕食は、多少献立の変更があるかもしれませんのでご了承ください。