

# 2018年5月予定献立表

尾山台保育園

曜	日	昼食	材料名	乳児対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食	材料名
月	14 28	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	酢抜き	豆腐のグラタン 豆腐・鶏肉・玉葱・しめじ・ブロッコリー・塩 パン粉(卵無し)・小麦粉・バター・牛乳・油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	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	1 15 29	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・玉葱・人参・ほうれん草・味噌・煮干し	酢抜き	マカロニきなこと マカロニ・きな粉・砂糖・塩・油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー 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・かつおだし・味噌
水	2 16 30	ゆで豚ごまだれソース アスパラとキャベツのソテー ごはん 空豆スープ	豚肉・じゃがいも(乳児のみ)・味噌・砂糖・酢・白ごま・かつおだし きゃべつ・人参・玉葱・アスパラガス・塩・油 胚芽米・きび・発芽玄米 空豆・玉葱・じゃがいも・バター・牛乳・豆乳・塩・かつおだし	肉団子・酢抜き	ちまき 胚芽米・きび・もち米・人参・たけのこ・小松菜・乾椎茸 干しエビ・ごま油・醤油・塩・砂糖 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ふかしいも 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・長ねぎ・人参・しょうが・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・かつおだし・味噌
木	17 31	にらと豆腐のハンバーグ ごぼうといんげんのごま味噌和え 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・玉葱・人参・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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ラスク 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 大根・人参・しめじ・絹さや・醤油・酒・みりん・砂糖 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
金	18	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・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・けずりぶし 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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	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・もやし・人参・コーン缶・バター・塩 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
土	19	五目うどん かぼちゃプルーン煮 くだもの	干めん・鶏肉・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		パン パン くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	菓子 麦茶		
月	7 21	鶏肉の味噌漬焼き じゃがいもとグリーンピースの煮 ごはん 孟宗汁(山形県)	鶏肉・じゃがいも(乳児のみ)・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	肉団子	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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	かりんとう せんべい 麦茶	あんかけ焼きそば ブロッコリーのナムル ヨーグルト スープ	中華糖・油・豚肉・しょうが・にんにく・きゃべつ・もやし・玉葱・人参・ピーマン・塩・醤油・片栗粉・かつおだし ブロッコリー・人参・醤油・ごま油・かつおだし ヨーグルト 野菜・かつおだし・醤油・塩
火	8 22	牛肉とアスパラのオムレツ キャベツの磯辺和え ごはん 大根の味噌汁	鶏卵・牛肉・アスパラ・玉葱・トマト・塩・バター・牛乳・油 キャベツ・きゅうり・青のり・醤油・かつおだし 胚芽米・きび・発芽玄米 大根・人参・わかめ・青菜・味噌・煮干し		ほうとう風うどん(山梨県) 干めん(幼児きしめん)・鶏肉・油揚げ・かぼちゃ・人参 長ねぎ・ごぼう・生椎茸・味噌・醤油・かつおだし くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	魚のチーズ焼き ポテトサラダ ごはん 味噌汁	魚・チーズ じゃがいも・きゅうり・人参・マヨネーズ(卵無し)・塩 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
水	9 23	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・梅びしお・みりん・酒・砂糖 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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ふかしいも 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・きゅうり・人参・醤油・けずりぶし 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
木	10 24	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(幼児のみ)・油・鶏肉・人参・長ねぎ・乾椎茸・醤油・砂糖・片栗粉 おかひじき・もやし・人参・醤油・かつおだし・削り節 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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー 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・味噌・砂糖・醤油・ごま油 じゃがいも・玉葱・人参・絹さや・油・砂糖・醤油 胚芽米・きび 野菜・かつおだし・味噌
金	11 25	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・じゃがいも(乳児のみ)・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・醤油 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	肉団子 酢・油抜き	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(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	クッキー せんべい 麦茶	すき焼き風うどん かぼちゃ煮 くだもの	干めん・牛肉・焼き豆腐・白滝・白菜・長ねぎ・人参・生椎茸・青菜・酒・醤油・みりん・かつおだし かぼちゃ・砂糖・みりん・醤油・塩 くだもの
土	12 26	きしめん じゃがいものごま味噌煮 くだもの	干めん・油揚げ・人参・青菜・昆布・けずりぶし・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		パン パン くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	菓子 麦茶		

\* 0才のみ9:30に朝の牛乳があります。

\* 幼児 エネルギー545kcal たんぱく質23.5g

脂質16.1g カルシウム248mg

\* 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。