

令和 5年 5月

献立予定表

社会福祉法人 小島保育園

日	曜	主 食	副 共	食 通	食材	お や つ	
						10時(未満児)	3時(共通)
1	月	麦ご飯			合挽肉,にんじん,たまねぎ,とうもろこし(冷凍),グリーンピース,食塩,こしょう,鶏卵,パン粉,トマトケチャップ,上白糖,みりん,風調味料,うすくちしょうゆ,バター,ブロックコリー,木綿豆腐,えのきたけ,ほうれんそう,かつお・昆布だし,キウイフルーツ	牛乳,バナナ	フレンチトースト,スキムミルク
2	火			お弁当の日		牛乳,ウエハース	ケーキ,スキムミルク
3	水			憲法記念の日			
4	木			みどりの日			
5	金			こどもの日			
6	土	ご飯		とろろうどん,ひじき煮	うどん,削り昆布,蒸しかまぼこ,こねぎ,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ,ほしひじき,にんじん,さやいんげん,さつま揚げ,上白糖,こいくちしょうゆ	牛乳,コーンフレーク	お菓子,お茶
7	日						
8	月	雑穀米		鮭の塩焼き,小松菜のお浸し,若竹汁,りんご	べにざけ,食塩,こまつな,えのきたけ,かつお・昆布だし,みりん,風調味料,うすくちしょうゆ,カットわかめ,たけのこ,にんじん,たまねぎ,こねぎ,りんご	牛乳,バナナ	お豆腐ドーナツ,スキムミルク
9	火	豆ご飯		豚カツ,セロリのみそマヨネーズ和え,コンソメスープ	豚肉-ロース,小麦粉(薄力粉),鶏卵,パン粉,サラダ油,トマトケチャップ,セロリ-にんじん,きゅうり,シーチキン(油漬・ライト),米みそ(甘みそ),上白糖,本みりん,マヨネーズ,たまねぎ,とうもろこし(缶詰),固形コンソメ	牛乳,オレンジ	マープルクッキー,スキムミルク
10	水	麦ご飯		炒り豆腐,ごまめ,さつま汁,バナナ	木綿豆腐,豚肉(ひき肉),鶏卵,にんじん,たまねぎ,れんこん,青ピーマン,サラダ油,上白糖,うすくちしょうゆ,煮干,いりごま,こいくちしょうゆ,さつまいも,板こんにゃく,油揚げ,根深ねぎ,かつお・昆布だし,麦みそ,バナナ	牛乳,ヨーグルト	レーズン蒸しパン,スキムミルク
11	木	ご飯		魚のアーモンドフライ,ほうれん草のソテー,ミネストローネ	ままだいこしょう,小麦粉(薄力粉),鶏卵,パン粉,コーンフレーク,アーモンド,サラダ油,トマトケチャップ,マヨネーズ,ほうれん草,とうもろこし(缶詰),バター,うすくちしょうゆ,ウイナ-ジャがいも,にんじん,たまねぎ,きゃべつ,トマト缶(カット),固形コンソメ,上白糖,パセリ(乾)	牛乳,昆布	じゃがもち,スキムミルク
12	金	麦ご飯		筑前煮,かき玉汁,パイナップル	鶏卵,木綿豆腐,たまねぎ,ほうれん草,こねぎ,鳥がらだし,鶏肉-もも,にんじん,ごぼう,たけのこ,れんこん,さといも,乾しいたけ,さやえんどう,板こんにゃく,さつま揚げ,サラダ油,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,バインアップル	牛乳,りんご	フルーチェ,小魚アーモンド,お茶
13	土	ご飯		キーマカレー,野菜サラダ	合挽肉,だいず(ゆで),にんじん,たまねぎ,青ピーマン,サラダ油,カレールウ,きゃべつ,きゅうり,レタス,トマト,和風ドレッシング	牛乳,丸ボーロ	お菓子,お茶
14	日						
15	月	ロールパン		スペイン風オムレツ,ズッキーニのベーコン炒め,コーンチャウダー	鶏卵,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,赤ピーマン,サラダ油,固形コンソメ,トマトケチャップ,ベーコン,ズッキーニ,オリーブ油,食塩,とうもろこし(缶詰),普通牛乳	牛乳,バナナ	ごま塩おにぎり,お茶
16	火	麦ご飯		たけのこつくね,大豆と昆布の炒め煮,人参スープ,キウイフルーツ	鶏ひき肉,にんじん,たけのこ(水煮缶詰),かたくり粉,サラダ油,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,だいず(水煮缶詰),刻み昆布,さつま揚げ,たまねぎ,ほうれん草,ベーコン,固形コンソメ,キウイフルーツ	牛乳,オレンジ	ちゃんすこう,スキムミルク
17	水			親子遠足			
18	木	麦ご飯		エビマヨ,スナッペンえんどう,春雨スープ	むきえび,小麦粉(薄力粉),鶏卵,サラダ油,マヨネーズ,上白糖,本みりん,レタス,スナッペンえんどう,緑豆はるさめ,鶏肉-もも,にんじん,たまねぎ,はくさい,根深ねぎ,鳥がらだし	牛乳,りんご	きな粉マカロニ,スキムミルク
19	金	炊き込みご飯		レバー入りハンバーグ,アスパラの和え物,かまぼこのすまし汁,ヨーグルト	合挽肉,牛レバー,にんじん,たまねぎ,鶏卵,パン粉,こしょう,アスパラガス,きゅうり,とうもろこし(缶詰),上白糖,本みりん,米酢,うすくちしょうゆ,蒸しかまぼこ,えのきたけ,こねぎ,かつお・昆布だし,ヨーグルト	牛乳,キウイフルーツ	バイクドチーズケーキ,スキムミルク
20	土	ご飯		ちゃんぽん,トマトとじゃこのサラダ	中華めん,豚肉-かたロース,むきえび,やうりか,にんじん,たまねぎ,きゃべつ,もやし,蒸しかまぼこ,とうもろこし(缶詰),サラダ油,鳥がらだし,うすくちしょうゆ,しらす干し,トマト,きゅうり,和風ドレッシング	牛乳,ビスケット	お菓子,お茶
21	日						
22	月	雑穀米		魚のカレー粉揚げ,スパサラ,南瓜のみそ汁,オレンジ	ままだい,カレー粉,小麦粉(薄力粉),サラダ油,マカロニ・スパゲティ,パセリ,こしょう,西洋かぼちゃ,たまねぎ,こねぎ,かつおだし,麦みそ,オレンジ	牛乳,バナナ	ジャムパン,牛乳
23	火	麦ご飯		豚肉とたけのこのみそ炒め,スナッペンえんどう,中華スープ	豚肉-かたロース,たけのこ(水煮缶詰),にんじん,たまねぎ,青ピーマン,麦みそ,上白糖,本みりん,サラダ油,スナッペンえんどう,鶏肉-もも,たけのこ,はくさい,きくらげ,こねぎ,鳥がらだし	牛乳,りんご	いも寄せ,スキムミルク
24	水	ご飯		魚の西京焼き,栄養金平,けんちん汁,パイナップル	まさは,米みそ(甘みそ),砂糖(上白糖),本みりん,豚肉-かたロース,にんじん,ごぼう,青ピーマン,しいたけ(冷凍),たけのこ,ごま油,上白糖,こいくちしょうゆ,いりごま,木綿豆腐,だいこん,乾しいたけ,こねぎ,かつお・昆布だし,うすくちしょうゆ,バインアップル	牛乳,オレンジ	ミルクゼリー,昆布,お茶
25	木	ロールパン		ジャーマンポテト,豆乳スープ	ベーコン,じゃがいも,オリーブ油,パセリ(乾),バター,食塩,こしょう,調整豆乳,にんじん,たまねぎ,えのきたけ,ほうれん草,固形コンソメ	牛乳,乾パン	ねぎ焼き,スキムミルク
26	金	人参飯		ツナチーズコロッケ,せん切りキャベツ,セロリスープ,りんご	じゃがいも,シーチキン(油漬・ライト),プロセスチーズ,とうもろこし(缶詰),小麦粉(薄力粉),鶏卵,パン粉,サラダ油,トマトケチャップ,マヨネーズ,きゃべつ,にんじん,セロリ-たまねぎ,ベーコン,かいわれだいこん,固形コンソメ,りんご	牛乳,ヨーグルト	フルーツ盛り,スキムミルク
27	土			ミートスパゲティ,コンソメスープ	マカロニ・スパゲティ,合挽肉,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,トマトケチャップ,砂糖(上白糖),こいくちしょうゆ,ベーコン,きゃべつ,固形コンソメ,パセリ(乾)	牛乳,クラッカー	お菓子,お茶
28	日						
29	月	麦ご飯		鮭のごまフライ,アスパラソテー,カラフル野菜スープ,りんご	べにざけ,こいくちしょうゆ,本みりん,小麦粉(薄力粉),鶏卵,パン粉,いりごま,サラダ油,アスパラガス,ベーコン,とうもろこし(缶詰),バター,うすくちしょうゆ,にんじん,たまねぎ,レタス,乾しいたけ,乾わかめ,かいわれだいこん,固形コンソメ,りんご	牛乳,バナナ	ピーナツサンド,スキムミルク
30	火	ご飯		麻婆豆腐,チーズ,春雨スープ	豚肉(ひき肉),木綿豆腐,にんじん,たまねぎ,根深ねぎ,にら,乾しいたけ,麦みそ,上白糖,本みりん,こいくちしょうゆ,ごま油,プロセスチーズ,緑豆はるさめ,鶏肉-もも,はくさい,鳥がらだし	牛乳,オレンジ	ヨーグルト,乾パン,お茶
31	水	麦ご飯		魚のトマト焼き,ひじきサラダ,もやしスープ,キウイフルーツ	まあじ,ベーコン,にんじん,たまねぎ,ぶなしめじ,トマト缶(カット),固形コンソメ,サラダ油,ほしひじき,とうもろこし(缶詰),マヨネーズ,上白糖,うすくちしょうゆ,もやし,こねぎ,鳥がらだし,キウイフルーツ	牛乳,りんご	アーモンドクッキー,スキムミルク