

5月幼児食献立表

みのり乳児保育園

献立名		材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 月	ごはん 豚の生姜焼き ひじきの煮物 南瓜の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・玉葱・油・酒・生姜・醤油・みりん・片栗粉 ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・ごま油・ごま・かつお節 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 紅茶ケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・紅茶葉・砂糖・豆乳 豆乳バター
2 火	ごはん カレイの西京焼き もやしのごま和え えのきスープ くだもの	米 カレイ・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ もやし・人参・胡瓜・醤油・砂糖・ごま えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩	干しぶどう・牛乳 おさつきなこ・牛乳 さつま芋・きな粉・砂糖・塩
3 水	 憲法記念日		
4 木	 みどりの日		
5 金	 こどもの日		
6 土	春野菜の中華丼 わかめスープ くだもの	米・豚ばら肉・人参・玉葱・キャベツ・たけのこ・コーン缶・生姜 にんにく・中華だし・塩・ごま油・醤油・砂糖・片栗粉 わかめ・玉葱・人参・ごま・中華だし・醤油	おやつ・牛乳 おいもパン・牛乳
8 月	ごはん 鶏の照り焼き さつま芋と昆布の煮物 麩の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・醤油・みりん さつま芋・刻み昆布・砂糖・醤油 麩・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	ルヴァン・牛乳 焼きコロッケ・牛乳 じやが芋・玉葱・牛挽肉・コーン缶・塩・油 小麦粉・パン粉・ケチャップ・ウスター・砂糖
9 火	ごはん 鮭のマヨチーズ焼き きんぴらごぼう キャベツの味噌汁 くだもの	米 鮭・マヨネーズ・豆乳チーズ・パセリ粉 ごぼう・人参・ごま油・醤油・酒・砂糖・ごま キャベツ・油揚げ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 五平もち・牛乳 米・もち米・味噌・砂糖・みりん・酒
10 水	ハヤシライス 人参ごまサラダ 南瓜のチーズ焼き くだもの	米・牛肉・玉葱・人参・じやが芋・ハヤシルウ・油 人参・胡瓜・プロッコリー・ツナ・ごま・酢・醤油・砂糖 南瓜・豆乳チーズ・パセリ粉	ハイハイン・牛乳 バナナケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・バナナ・砂糖・豆乳 豆乳バター
11 木	ごはん 鶏の塩こうじ焼き のりじやこ和え 豆腐の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・塩こうじ・にんにく ほうれん草・キャベツ・人参・しらす・もみのり・醤油・ごま 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	とろべー・牛乳 塩焼きそば・牛乳 焼きそば麺・豚肉・キャベツ・人参・もやし ごま油・中華だし・塩・にんにく
12 金	 お弁当の日		
13 土	ひじきご飯 玉葱の味噌汁 くだもの	米・人参・牛挽肉・ひじき・糸こんにゃく・砂糖・みりん・塩・醤油 玉葱・えのき・油揚げ・わかめ・ねぎ・味噌	おやつ・牛乳 青りんごゼリー・牛乳
15 月	ごはん 鶏のねぎ焼き 切干大根の煮物 えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・ねぎ・醤油・酒・みりん 切干大根・人参・油揚げ・醤油・みりん・砂糖 えのき・玉葱・ねぎ・豆腐・キャベツ・味噌 もみのり	野菜ハイハイン・牛乳 南瓜もち・牛乳 南瓜・白玉粉・油・醤油・砂糖・みりん もみのり

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

☆マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉、バター、チーズ、ホットケーキ粉は全て卵乳不使用のものを使用しています。

☆今月は旬の食材としてにら、キャベツ、じやが芋、玉葱、たけのこ、アスパラ、いちごなどを取り入れています。

☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。

献立名		材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 火	ごはん ハンバーグ アスパラのごま和え さつま芋の味噌汁 くだもの	米 合挽肉・玉葱・パン粉・豆乳・塩・ケチャップ・ウスター・砂糖 アスパラ・キャベツ・ごま・醤油 さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・味噌	干しぶどう・牛乳 チヂミ・牛乳 小麦粉・片栗粉・豚ばら肉・にら・コーン缶・塩 豆乳チーズ・醤油・酢・砂糖
17 水	ぶどうパン さわらのムニエル スパゲティサラダ レタススープ くだもの	ぶどうパン さわら・塩・小麦粉・豆乳バター・油・パセリ粉 スパゲティ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 レタス・ベーコン・人参・玉葱・コンソメ・醤油・塩・豆乳	ルヴァン・牛乳 中華おこわおにぎり・牛乳 米・もち米・豚挽肉・人参・ねぎ・オイスター 醤油・酒・砂糖・塩・みりん
18 木	ごはん 牛肉とごぼうの味噌炒め 納豆和え 人参スープ くだもの	米 牛ばら肉・ごぼう・白滝・ごま・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖・ごま油 納豆・小松菜・キャベツ・人参・ごま油・醤油・砂糖・もみのり・かつお節 人参・豆腐・えのき・わかめ・コンソメ・塩・豆乳バター	とろべー・牛乳 鮭とじやが芋のおやき・牛乳 じやが芋・鮭フレーク・青のり・マヨネーズ 片栗粉
19 金	誕生会 たけのこと豚肉のおこわ 中華風チキン 人参きんぴら わかめの味噌汁 くだもの	米・もち米・たけのこ・豚挽肉・油揚げ・人参・ねぎ・酒・醤油・砂糖・塩 鶏もも肉・玉葱・生姜・にんにく・醤油・みりん・酒・ごま油 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま わかめ・玉葱・キャベツ・ねぎ・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 わかくさもち・牛乳 小麦粉・白玉粉・砂糖・油・抹茶・こしあん
20 土	肉あんかけうどん キャベツの塩昆布和え くだもの	うどん・豚挽肉・ねぎ・にんにく・椎茸・人参・玉葱・にら・中華だし 砂糖・塩・醤油・ごま油・片栗粉 キャベツ・塩昆布・醤油・みりん	おやつ・牛乳 くりパン・牛乳
22 月	ごはん 鶏とじやが芋の味噌バター煮 きゅうりの梅しそ和え すまし汁 くだもの	米 鶏もも肉・じやが芋・人参・味噌・砂糖・醤油・豆乳バター きゅうり・人参・しらす・梅干し・醤油・大葉 えのき・玉葱・わかめ・ねぎ・豆腐・醤油	とろべー・牛乳 ココアサブレ・牛乳 小麦粉・豆乳バター・砂糖・ココア
23 火	焼き豚ラーメン 金時豆煮 アスパラのソテー くだもの	中華麺・焼豚・キャベツ・人参・玉葱・もやし・醤油・中華だし・ごま油 金時豆・砂糖・醤油 アスパラ・人参・キャベツ・豆乳バター・コンソメ・塩	ハイハイン・牛乳 梅マヨ昆布おにぎり・牛乳 米・梅干し・ごま・マヨネーズ・塩昆布
24 水	ごはん カレイの香草焼き 春雨のサラダ 小松菜の味噌汁 くだもの	米 カレイ・塩・酒・パン粉・カレー粉・パセリ粉・オリーブ油 春雨・きゅうり・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 小松菜・えのき・人参・豆腐・玉葱・ねぎ・味噌	ルヴァン・牛乳 いちごジャムパン・牛乳
25 木	ごはん 牛肉の大和煮 小松菜のおひたし しめじの味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・玉葱・人参・生姜・砂糖・醤油・酒 小松菜・人参・しらす・ごま油・ごま・醤油 しめじ・玉葱・ねぎ・豆腐・キャベツ・味噌	干しぶどう・牛乳 レーズンホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・豆乳バター 干しぶどう
26 金	ごはん チキンチャップ ポテトサラダ なめこ汁 くだもの	米 鶏もも肉・小麦粉・ケチャップ・ウスター・砂糖・みりん じやが芋・きゅうり・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・ねぎ・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 お好み焼き・牛乳 小麦粉・キャベツ・ねぎ・豚ばら肉・豆乳チーズ・砂糖 ケチャップ・醤油・みりん・ソース・青のり・かつお節
27 土	スタミナ丼 じやが芋の味噌汁 くだもの	米・豚ばら肉・玉葱・人参・砂糖・醤油・酒・生姜・ねぎ・もみのり・ごま じやが芋・人参・キャベツ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
29 月	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 ツナサラダ ねぎゴマスープ くだもの	米 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 ツナ・キャベツ・人参・プロッコリー・マヨネーズ・塩 キャベツ・春雨・豚挽肉・ねぎ・生姜・ごま・中華だし・醤油・酒	ルヴァン・牛乳 じゃが丸くん・牛乳 じゃが芋・塩・片栗粉・豆乳バター・もみのり
30 火	ごはん さわらの照り焼き 南瓜のそぼろ煮 もやしの味噌汁 くだもの	米 さわら・醤油・みりん 南瓜・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 もやし・人参・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	とろべー・牛乳 アスパラ蒸しパン・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳・砂糖・豆乳バター アスパラ・豆乳チーズ
31 水	豚ばらごぼうの和風パスタ キャベツとコーンの中華和え 和風ポテト くだもの	スパゲティ・豚ばら肉・ごぼう・玉葱・人参・醤油・にんにく・酒・油 もみのり・大葉・ごま キャベツ・コーン缶・トマト・ごま油・酢・醤油・砂糖 じゃが芋・青のり・ゆかり・ごま・塩	ハイハイン・牛乳 たけのこおにぎり・牛乳 米・たけのこ・油揚げ・人参・醤油・酒 みりん・塩