



5月献立表



2018年度 烏山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	14 28	食パン(ジャム) ロールキャベツ 春の Pasta サラダ※ 新玉葱のスープ	わらび餅 お茶	食パン・ジャム・キャベツ・豚肉・玉葱・ パン粉・薄力粉・ベーコン・トマト・人参・ 空豆・グリーンピース・アスパラ・ハム・コーン・ パスタ・マヨネーズ・えのき・ピーマン・セロリ・ パセリ・わらび餅粉・きな粉・お茶	7 21	蒟の炊き込みごはん ぶりの照り焼き キャベツの生姜漬け 切り干し大根のみそ汁	杏仁豆腐※ お茶	米・鶏肉・油揚げ・干し椎茸・人参・蒟・ 鱈・薄力粉・生姜・キャベツ・きゅうり・ しらす・昆布・切り干し大根・玉葱・ ほうれん草・茄子・アガー・牛乳・苺・ もも缶・みかん缶・パイナップル・お茶
火	1 15 29	ごはん 豆腐とニラの春巻き 春雨と生野菜の挽肉ソース かき玉スープ※	ジャムサンドクラッカー 牛乳※	米・豆腐・ニラ・豚肉・もやし・人参・ 春巻きの皮・春雨・きゅうり・レタス・トマト・ 玉葱・干し椎茸・筍・卵・青梗菜・ クラッカー・ジャム・牛乳	8 22	チキンライス 新じゃがチーズ焼き※ 空豆と白菜のスープ	8日 抹茶ケーキ※ 22日 緑茶カステラ※ 牛乳※	米・鶏肉・玉葱・人参・いんげん・コーン・ マッシュルーム・グリーンピース・じゃが芋・ チーズ・白菜・空豆・ベーコン・えのき・卵・ マーガリン・牛乳・薄力粉・抹茶・小豆・ 生クリーム・強力粉・はちみつ・緑茶
水	2 16	たこ飯 豚の角煮 梅きゅうり こしね汁	2日 田舎ちまき 16日 わかめごはん お茶	米・昆布・蛸・人参・干し椎茸・ごぼう・ 油揚げ・豚肉・じゃが芋・小松菜・ 生姜・長葱・きゅうり・梅干し・オカ・ 里芋・こんにやく・豆腐・もち米・ きな粉・お茶・わかめ・ゴマ	9 23	ごはん 回鍋肉 三色ナムル わかめスープ	ピザトースト※ 牛乳※	米・豚肉・キャベツ・ピーマン・人参・玉葱・ もやし・きゅうり・人参・ゴマ・わかめ・ 長葱・えのき・干し椎茸・豆腐・鶏肉・ 食パン・ベーコン・チーズ・牛乳
木	17 31	玄米ごはん 鱈のネギ味噌焼き 揚げじゃが納豆※ なめこのみそ汁	豆腐ケーキ※ 牛乳※	玄米・鱈・長葱・生姜・じゃが芋・納豆・ 万能葱・チーズ・豆腐・玉葱・人参・ 小松菜・えのき・なめこ・クラッカー・ マーガリン・セラチン・牛乳・生クリーム・ レモン・ヨーグルト・ブルーベリー	10 24	全粒粉のパン ローストチキン グリーンサラダ 人参と南瓜のポタージュ※	パイナップルゼリー お茶	強力粉・全粒粉・イースト・鶏肉・ニンニク・ はちみつ・サラダ菜・サニレタス・アスパラ・ 人参・ミニトマト・ベーコン・スナップえんどう・ コーン・南瓜・玉葱・パセリ・牛乳・マーガリン・ パイナップルジュース・アガー・お茶
金	18 30 水	親子丼※ えのきときゅうりのゴマ和え 具だくさんみそ汁	キャロットケーキ※ 牛乳※	米・鶏肉・玉葱・干し椎茸・人参・ 絹さや・卵・きゅうり・えのき・油揚げ・ ゴマ・かぶ・じゃが芋・ほうれん草・ 薄力粉・シナモン・牛乳	11 25	玄米ごはん きすの天ぷら※ キャベツとツナの和え物 豚汁	11日 緑茶クッキー※ 25日 甘夏クッキー※ 牛乳※	玄米・きす・卵・薄力粉・キャベツ・ きゅうり・ツナ・ゴマ・豚肉・大根・人参・ こんにやく・長葱・じゃが芋・ごぼう・ 油揚げ・マーガリン・練乳・煎茶・牛乳・ 甘夏
土	19	たらこスパゲティ 野菜スープ	お菓子※ 牛乳※	パスタ・たらこ・ゆめしめじ・海苔・しそ・ 玉葱・人参・キャベツ・じゃが芋・えのき・ いんげん・ベーコン・お菓子・牛乳	26	新ごぼうとベーコンの炒飯 インド風スープ	お菓子※ 牛乳※	米・ごぼう・ベーコン・人参・干し椎茸・ いんげん・豚肉・玉葱・トマト・キャベツ・ ブロッコリー・ひよこ豆・お菓子・牛乳

🌸 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 564kcal たんぱく質 21.0g 脂質 18.8g 塩分 1.3g

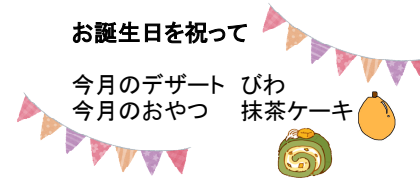
🌸 代替え食(アレルギー等)
代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。

献立名に※印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。
今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・乳製品です。

🌸 12日(土)は歓迎会です。
🌸 玄米ごはんのメニューの日は、0・1歳児グループと一時保育は七分搗き米に替えて提供します。

お誕生日を祝って

今月のデザート びわ
今月のおやつ 抹茶ケーキ



～今月の郷土食～

たごめし(兵庫・広島)
こしね汁(群馬)
わらび餅(奈良)



☆献立及び食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください☆