



5月献立表



2019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	13 27	食パン(ジャム) キャベツとトマトの重ね煮 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・ベーコン・トマト・人参・空豆・ グリーンピース・アスパラガス・ハム・コーン・パスタ・ マヨネーズ・ピーマン・セロリ・パセリ・きな粉・ わらび餅粉・お茶	20	蒟の炊き込みごはん 鶏肉の甘辛焼き キャベツの生姜漬け 切り干し大根のみそ汁	じゃがもち 牛乳※	米・鶏肉・油揚げ・干し椎茸・人参・ 蒟・キャベツ・きゅうり・しらす・ 生姜・昆布・切り干し大根・玉葱・ ほうれん草・じゃが芋・マーガリン・牛乳
火	14 28	玄米ごはん 鱈の梅みそ焼き キャベツとツナの和え物 なめこのみそ汁	サーターアンダギー※ 牛乳※	玄米・鱈・梅干し・しそ・キャベツ・ きゅうり・ツナ・ゴマ・豆腐・玉葱・人参・ 小松菜・えのき・なめこ・薄力粉・卵・ 牛乳	7 21	たこ飯 豚の角煮 梅きゅうり こしね汁	カステラ※ 牛乳※	米・鱈・人参・干し椎茸・ごぼう・ 油揚げ・豚肉・大根・小松菜・生姜・ 長葱・きゅうり・梅干し・オカ・ こんにやく・豆腐・卵・強力粉・牛乳・ はちみつ
水	15 29	チキンライス 新じゃがチーズ焼き 空豆と白菜のスープ	フレンチトースト※ 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・食パン・ 卵・牛乳・マーガリン・はちみつ	8 22	ピザ スナップえんどうのサラダ コーンスープ	みかんゼリー お茶	強力粉・イースト・牛乳・マーガリン・豚肉・ 玉葱・ニンニク・トマト・チーズ・人参・コーン・ スナップえんどう・レタス・薄力粉・ マーガリン・クリームコーン・ パセリ・アガー・みかんジュース・お茶
木	16 30	ごはん えび春巻き くずし豆腐の中華サラダ かき玉スープ※	五平餅 お茶	米・海老・豚肉・ニンニク・生姜・薄力粉・ 春巻きの皮・豆腐・レタス・きゅうり・ トマト・海苔・ゴマ・玉葱・人参・干し椎茸・ 筍・卵・青梗菜・お茶	9 23	ごはん 回鍋肉 三色ナムル わかめスープ	9日抹茶ケーキ※ 23日抹茶と小豆のケーキ※ 牛乳※	米・豚肉・キャベツ・ピーマン・人参・玉葱・ もやし・きゅうり・ゴマ・わかめ・長葱・ えのき・干し椎茸・豆腐・鶏肉・卵・ マーガリン・牛乳・薄力粉・抹茶・ 生クリーム・小豆
金	17 31	三色丼※ もろきゅう 具だくさんみそ汁	キャロットケーキ※ 牛乳※	米・鶏肉・生姜・卵・ほうれん草・ きゅうり・かぶ・じゃが芋・えのき・玉葱・ 人参・小松菜・油揚げ・なめこ・ 薄力粉・シモン・牛乳	10 24	玄米ごはん きすの天ぷら※ 新ごぼうのキンピラ 豚汁	10日緑茶クッキー 24日甘夏クッキー 牛乳※	玄米・きす・卵・薄力粉・ごぼう・ 豚肉・人参・大根・こんにやく・長葱・ じゃが芋・油揚げ・マーガリン・ 練乳・牛乳・煎茶・甘夏・強力粉
土	18	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	25	ドライカレー風スパゲティ 野菜スープ	お菓子※ 牛乳※	パスタ・豚肉・玉葱・ニンニク・しめじ・ ウイナー・人参・じゃが芋・かぶ・コーン・ キャベツ・ほうれん草・お菓子・牛乳

🌸 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 565kcal たんぱく質 21.1g 脂質 19.0g 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。

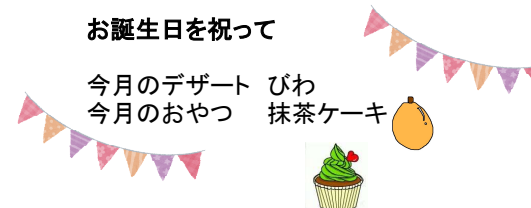
献立名に※印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。
今月除去対象の食品は、乳・鶏卵です。

🌸 11日(土)は歓迎会です。

🌸 玄米ごはんのメニューの日は、0歳・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~

たこめし(兵庫・広島)
こしね汁(群馬)
わらび餅(奈良)
五平餅(長野)



☆ 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☆