



# 5月献立表



2019年度 烏山杉の子保育園分園みなみ風

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料	
月	20	食パン(ジャム) ミルフィーユキャベツ 春の Pasta サラダ 新玉葱のスープ	バナナケーキ※ 牛乳※	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・バナナ・マーガリン・卵・牛乳	13	27	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	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・サニーレタス・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・ ジュース・アガー・お茶
火	7 21	たこ飯 豚の角煮 梅きゅうり こしね汁	田舎ちまき 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	14	28	蕎麦の炊き込みごはん 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・蕎麦・ 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・パン缶・お茶
水	8 22	ごはん 豆腐とニラの春巻き※ 春雨と生野菜の挽肉ソース 中華スープ	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・コーン・青梗菜・ クラッカー・ジャム・牛乳	15	29	焼き鳥丼 えのきときゅうりの和え物 具だくさんみそ汁	キャロットケーキ※ 牛乳※	米・鶏肉・長葱・きゅうり・えのき・油揚げ・ かぶ・じゃが芋・玉葱・人参・ほうれん草・ 薄力粉・シモン・マーガリン・卵・牛乳
木	9 23	玄米ごはん 鯖のネギ味噌焼き 揚げじゃが納豆※ なめこのみそ汁	フルーツゼリー お茶	玄米・鯖・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・アガー・ジュース・ みかん缶・もも缶・パン缶・お茶	16	30	ごはん 中華風味噌炒め 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・ニンニク・ もやし・きゅうり・人参・オカ・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
金	10 24	チキンライス 新じゃがチーズ焼き 空豆と白菜のスープ	10日 抹茶ケーキ※ 24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	17	31	玄米ごはん きすの天ぷら※ キャベツとツナの和え物 豚汁	17日 緑茶クッキー 31日 ジャムクッキー※ 牛乳※	玄米・きす・薄力粉・キャベツ・きゅうり・ ツナ・オカ・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・卵・ジャム
土	11 25	たらこスパゲティ 野菜スープ	お菓子※ 牛乳※	パスタ・たらこ・イカ・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					

今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 553kcal たんぱく質 20.8g 脂質 18.8g 塩分 1.4g

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。

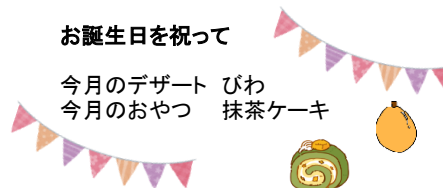
献立名に※印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。  
今月除去対象の食品は、鶏卵・牛乳・乳製品です。

18日(土)は歓迎会です。

玄米ごはんのメニューの日は、子どもたちの噛む力を考慮して、1・2歳児グループ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)



☆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☆