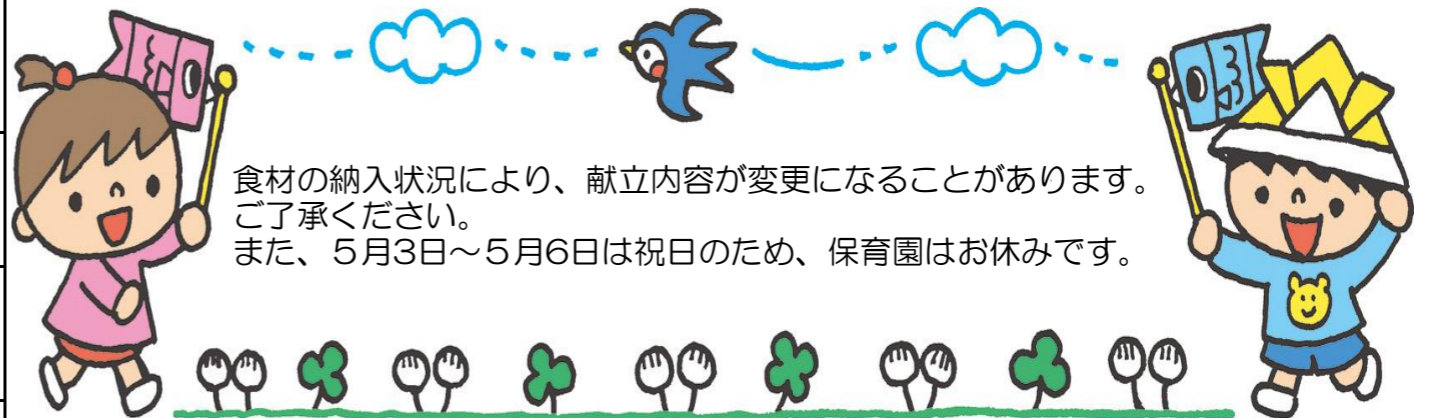


日 曜	屋食献立名	午前おやつ	材料(屋食と午後おやつ)			午後おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 木	ごはん オレンジ あじの梅肉焼き 小松菜のおひたし 玉ねぎのすまし汁	ショア	うどん 米 さといも 三温糖 ごま 片栗粉 油 ごま油 ごま	あじ 豆腐 大豆 ミート みそ	オレンジ こまつな たまねぎ きゅうり にんじん コーン きぬさや うめ	じゃじゃ麺
2 金	こいのぼりカレー ツナサラダ 牛乳 グレープフルーツ	お茶 せんべい	米 小麦粉 じゃがいも 三温糖 ごま 油 バター	牛乳 豚肉 ツナ きな粉	グレープフルーツ にんじん キャベツ たまねぎ アスパラガス	牛乳 黒ごまクッキー
7 水	和風スパゲティ 大根サラダ いんげんスープ バナナ	アップルキャラットジュース	スパゲティ 米 じゃがいも ごま 油	牛乳 豚肉 しらす	バナナ きゅうり のり いんげん たまねぎ だいこん パプリカ ピーマン キャベツ にんじん しめじ うめ	牛乳 梅しらすごはん
8 木	ごはん 和風卵焼き いんげんのごま酢和え 味噌スープ	ももゼリー	米 さつまいも 三温糖 油 ごま ごま油	牛乳 卵 豚ひき肉 ツナ みそ	グレープフルーツ いんげん にんじん ほうれんそう ねぎ もやし コーン いら しいたけ にんにく	牛乳 大学いも
9 金	たけのこごはん ふわふわチキンナゲット カラフルサラダ 花麩のすまし汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも 油 小麦粉 三温糖 麩	牛乳 豆腐 鶏ひき肉 豆腐 卵 油揚げ	トマト にんじん たけのこ コーン しいたけ みつば ねぎ	牛乳 せんべい
10 土	ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 和風ごぼうサラダ キャベツの味噌汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも 油 ごま 三温糖 ごま油	牛乳 豆腐 鶏肉 油揚げ みそ	ごぼう にんじん いんげん キャベツ コーン きゅうり しいたけ	牛乳 せんべい
12 月	ごはん いら玉あんかけ チャブチェ 豆腐の味噌汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも はるさめ 片栗粉 ごま ごま油 三温糖	卵 豆腐 鶏ひき肉 みそ	オレンジ たまねぎ いら にんじん ピーマン しめじ	ショア クッキー
13 火	ごはん さわらとかぶの煮物 わかめの酢の物 うーめん汁	バナナ	米 ホットケーキミックス そうめん 黒砂糖 油	牛乳 さわら 卵 かまぼこ 油揚げ	かぶ ほうれんそう きゅうり ねぎ にんじん レーズン わかめ	牛乳 黒糖ケーキ
14 水	バターロール たらとジャガイモのグラタン キャベツサラダ コンソメスープ	ヨーグルト	ロールパン 米 じゃがいも 小麦粉 しらたき 油 バター	牛乳 たら ハム チーズ 油揚げ	キャベツ だいこん にんじん マッシュルーム ねぎ コーン たまねぎ エリンギ パプリカ しいたけ	牛乳 五目ごはん
15 木	ごはん 豚肉と野菜のごま炒め たけのこサラダ けんちん汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも しらたき マヨネーズ 油 ごま ごま油	牛乳 豚肉 生揚げ かつお節	メロン ねぎ たけのこ たまねぎ きゅうり だいこん アスパラガス にんじん ごぼう にんにく しょうが	牛乳 せんべい
16 金	ごはん バナナ えびチリ風煮 フロッコリーしらすサラダ 玉ねぎのすまし汁	お茶 せんべい	米 食パン さといも マヨネーズ ごま油	牛乳 豆腐 えび ツナ しらす	バナナ フロッコリー ねぎ にんじん たまねぎ ピーマン コーン きゅうり きぬさや にんにく しょうが	牛乳 ツナサンド
17 土	ごはん マーボー豆腐 小松菜のツナ和え わかめスープ	お茶 せんべい	米 油 三温糖 片栗粉	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ツナ みそ	こまつな えのきたけ コーン ねぎ にんじん いら のり わかめ	牛乳 せんべい
19 月	ごはん 鶏肉のガーリック焼き かぼちゃサラダ かぶの味噌汁	ショア	米 マヨネーズ バター	牛乳 鶏肉 チーズ 油揚げ みそ	かぼちゃ かぶ にんじん たまねぎ きゅうり にんにく	牛乳 ビスケット
20 火	ごはん 鮭のチーズ焼き アスパラソテー ほうれん草の味噌汁	バナナ	米 ホットケーキミックス じゃがいも 三温糖 バター	牛乳 さけ 豆腐 卵 ベーコン チーズ みそ	ほうれんそう そらまめ アスパラガス にんじん ねぎ	牛乳 そらまめケーキ
21 水	ソース焼きそば レタスサラダ つるなのすまし汁 バナナ	ヨーグルト	焼きそばめん 米 麩 油 三温糖 片栗粉	牛乳 豆腐 豚肉 ツナ ベーコン	バナナ トマト にんじん つるな レタス たまねぎ キャベツ コーン ピーマン あおのり	牛乳 ツナごはん

日 曜	屋食献立名	午前おやつ	材料(屋食と午後おやつ)			午後おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
22 木	ごはん 夏みかん さわらの香味焼き さつまいもの甘煮 いんげんと麩の味噌汁	お茶 せんべい	うどん 米 さつまいも 麩 三温糖	さわら 鶏肉 卵 みそ	オレンジ ねぎ いんげん にんじん ふき しめじ にんにく	山菜うどん
23 金	ごはん さばの油淋鶏風 オクラとかまぼこの海苔和え ワンタンスープ	お茶 せんべい	米 じゃがいも ワンタンの皮 片栗粉 油 ごま 小麦粉 三温糖	牛乳 さば 豚ひき肉 かまぼこ チーズ かつお節	ねぎ オクラ もやし にんじん しいたけ のり あおのり	牛乳 あおのりボンデケーキ
24 土	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 小松菜のしらす和え 春巻のすまし汁	お茶 せんべい	米 ごま 三温糖 ごま油	牛乳 鶏肉 豆腐 しらす みそ	こまつな しゅんぎく えのきたけ にんじん 切り干しだいこん	牛乳 せんべい
26 月	ごはん カラフル卵焼き 切干大根煮 筍汁	ヨーグルト	米 しらたき 油 三温糖	牛乳 卵 豆腐 油揚げ チーズ みそ	メロン たまねぎ にんじん たけのこ コーン パプリカ ピーマン 切り干しだいこん しいたけ わかめ	牛乳 クッキー
27 火	ごはん グレープフルーツ 焼肉 ほうれんそうサラダ のり汁	アップルキャラットジュース	米 ホットケーキミックス 三温糖 油 ごま ごま油	牛乳 豆腐 豚肉 みそ	グレープフルーツ バナナ ほうれんそう きゅうり コーン にんじん エリンギ ピーマン のり にんにく しょうが	牛乳 バナナドーナツ
28 水	食パン たらとトマト煮 ポテトサラダ そらまめのポタージュ	お茶 せんべい	食パン 米 じゃがいも マヨネーズ バター	牛乳 豆乳 たら 生クリーム ベーコン かつお節	そらまめ たまねぎ トマト アスパラガス パプリカ なす コーン きゅうり りんご にんじん	牛乳 アスパラおかかごはん
29 木	ごはん かれないのおろし煮 ふきと筍の煮物 豚汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖	牛乳 かわい 豆腐 豚肉 油揚げ みそ	だいこん ふき にんじん ねぎ ごぼう にんじん たけのこ しょうが	牛乳 せんべい
30 金	そらまめカレー フロッコリーサラダ お茶 フルーツヨーグルト	白ぶどうほうれん草ジュース	米 食パン じゃがいも マヨネーズ ごま 油	牛乳 豚ひき肉 チーズ	フロッコリー にんじん たまねぎ そらまめ もも みかん バナナ パイナップル にんじん コーン ひじき	牛乳 ひじきトースト
31 土	ごはん 豆腐の旨煮 絹さや和え じゃがいもの味噌汁	お茶 せんべい	米 じゃがいも 三温糖 片栗粉 ごま	牛乳 豆腐 えび みそ	きぬさや たまねぎ もやし ねぎ にんじん わかめ しいたけ	牛乳 せんべい

未満児 給与栄養量	エネルギー	455	kcal	たんぱく質	18.3	g
	脂質	14.3	g	食塩相当量	1.4	g
以上児 給与栄養量	エネルギー	538	kcal	たんぱく質	22.9	g
	脂質	17.7	g	食塩相当量	1.6	g



食材の納入状況により、献立内容が変更になることがあります。
ご了承ください。
また、5月3日～5月6日は祝日のため、保育園はお休みです。