



献立表(完了食)



2022年5月

アルテ子どもと木幼保育園

日付	献立名	おやつ (◎は10時,○は午後おやつ)	材料名 (◎は10時おやつ,○は午後おやつ材料)		
			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
2月	赤飯 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 春野菜の具たくさん汁 フルーツポンチ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○キャベツとツナのミルク煮 ○ポテトサラダ	米、○食パン、じゃがいも、○じゃがいも、もち米、マカロニ、砂糖、パン粉、オリーブ油、片栗粉、○片栗粉	○牛乳、◎牛乳、鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、○育児用ミルク、木綿豆腐、淡色みそ、あずき、米みそ	○キャベツ、みかん缶、バナナ、たまねぎ、キャベツ、○にんじん、○たまねぎ、だけのこ(ゆで)、きゅうり、にんじん、コーン、スナップえんどう、レモン果汁、黒ごま、しょうが
6金	軟飯 鮭のごまみそ焼き 肉じゃが煮 けんちん汁 オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○しらすおと青菜のおにぎり(軟飯) ○豆腐の野菜あんかけ	米、○米、じゃがいも、油、砂糖、ごま油、○片栗粉、○ごま油	○牛乳、◎牛乳、○絹ごし豆腐、さけ、木綿豆腐、豚ひき肉、○釜揚げしらす、淡色みそ	オレンジ、○キャベツ、○たまねぎ、だいこん、にんじん、たまねぎ、○にんじん、ねぎ、しめじ、○こまつな、ごぼう、さやえんどう、ごま、○ごま
7・21土	ミートスパゲティ 粉ふき芋 コンソメスープ オレンジ	○牛乳 ○鶏飯おにぎり(軟飯) ○わかめと野菜のスープ	○米、じゃがいも、スパゲティ、小麦粉、油、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、○鶏もも肉、粉チーズ	たまねぎ、オレンジ、○キャベツ、ホールトマト缶詰、○たまねぎ、にんじん、○にんじん、マッシュルーム缶、ピーマン、コーン、スナップえんどう、しいたけ、○カットわかめ
9・23月	カレーライス(軟飯) キャベツとツナのサラダ フルーツヨーグルト	◎牛乳 ○牛乳 ○軟飯 ○しらすポテトボール ○野菜のみそ汁	○米、米、○さつまいも、じゃがいも、砂糖、油、ごま油、○油	○牛乳、◎牛乳、○釜揚げしらす、ヨーグルト(無糖)、鶏もも肉、ツナ水煮缶、○淡色みそ	たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、ホールトマト缶詰、○たまねぎ、みかん缶、にんじん、バナナ、○にんじん、きゅうり、コーン、ごま、○あおのり
10・24火	軟飯 かじきの照り焼き かぼちゃの含め煮、茹でそら豆、みそ汁 りんご	◎牛乳 ○牛乳 ○焼きうどん ○じゃが芋のミルクスープ	米、○干しうどん、○じゃがいも、砂糖、油	○牛乳、◎牛乳、○ツナ水煮缶、かじき、○育児用ミルク、木綿豆腐、淡色みそ	かぼちゃ、○キャベツ、りんご、○たまねぎ、たまねぎ、○にんじん、そらまめ、えのきたけ、しょうが、カットわかめ
11・25水	軟飯 バーベキューチキン アスパラガス炒め みそ汁 オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○ポトフ ○にんじんのスープ煮	米、○食パン、○じゃがいも、油	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、○鶏ささ身、木綿豆腐、淡色みそ、ベーコン	○にんじん、○キャベツ、オレンジ、もやし、○たまねぎ、キャベツ、たまねぎ、グリーンアスパラガス、にんじん、パイン缶、ねぎ、コーン、にんにく
12・26木	軟飯 鮭のコーンフレーク焼き きゅうりとささみのサラダ ベーコンとじゃが芋のスーパースープ バナナ	◎牛乳 ○牛乳 ○軟飯 ○あんかけうどん ○さつまいもとにんじん煮	米、○干しうどん、○さつまいも(皮付)、じゃがいも、コーンフレーク、マヨドレ、オリーブ油、油、○片栗粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、○鶏ささ身、さけ、鶏ささ身、ベーコン	バナナ、○にんじん、○キャベツ、もやし、○たまねぎ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、セロリ、にんにく
13金	おにぎり軟飯(さけ・わかめ) 鶏のから揚げ、卵焼き 茹で野菜のおかか和え お花にんじん、りんご みそ汁	◎牛乳 ○牛乳 ○軟飯 ○お焼き ○野菜のスープ	○米、米、○小麦粉、油、砂糖、片栗粉、小麦粉、○油	○牛乳、◎牛乳、○ツナ水煮缶、卵、鶏もも肉、さけ、淡色みそ、かつお節	○キャベツ、りんご、○たまねぎ、キャベツ、○ブロッコリー、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、○にんじん、スナップえんどう、しょうが、にんにく
14・28土	チキンライス キャベツサラダ マカロニ入りスープ オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○ツナの野菜あんかけ煮 ○ゆでブロッコリー	米、○食パン、マカロニ、バター、オリーブ油、油、砂糖、○片栗粉	○牛乳、◎牛乳、○ツナ水煮缶、鶏もも肉、豚ひき肉	たまねぎ、オレンジ、○ブロッコリー、○キャベツ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ブロッコリー、○にんじん、○たまねぎ、ピーマン
16・30月	軟飯 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 春野菜の具たくさん汁 フルーツポンチ	◎牛乳 ○牛乳 ○しらす粥 ○野菜スープ ○さつまいも煮	米、○さつまいも、○マカロニ、じゃがいも、砂糖、パン粉、オリーブ油、片栗粉、○米	○牛乳、◎牛乳、○釜揚げしらす、鶏ひき肉、木綿豆腐、淡色みそ	○たまねぎ、みかん缶、バナナ、たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、だけのこ(ゆで)、きゅうり、○にんじん、にんじん、コーン、スナップえんどう、レモン果汁、しょうが
17・31火	ゆかりご飯(軟飯) 鶏肉の西京焼き 金平ごぼう みそ汁 バナナ	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○トマト煮 ○にんじんのスープ煮	米、○食パン、押麦、砂糖、ごま油	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、○ツナ水煮缶、生揚げ、淡色みそ、白みそ	バナナ、○にんじん、○キャベツ、ごまつな、○トマトピューレ、○たまねぎ、にんじん、ごぼう、さやえんどう、ごま、しょうが
18水	軟飯 さわらのカレムニエル キャベツとアスパラのソテー 新たまねぎのスープ オレンジ	◎牛乳 ○牛乳 ○五平餅(軟飯) ○そぼろ煮 ○すまし汁	米、○米、○じゃがいも、油、○砂糖、小麦粉	○牛乳、◎牛乳、○鶏ささ身、さわら、鶏もも肉、○淡色みそ	オレンジ、○キャベツ、たまねぎ、キャベツ、セロリ、グリーンアスパラガス、にんじん、たまねぎ、スナップえんどう、ごま、にんにく
19木	軟飯 犠牲豆腐 小松菜とささみの酢味噌和え みそ汁 バナナ	◎牛乳 ○牛乳 ○わかめうどん ○しらすと麩の煮物 ○かぼちゃのミルク煮	米、○干しうどん、○焼豆腐、油、砂糖、パン粉	○牛乳、◎牛乳、木綿豆腐、○釜揚げしらす、○育児用ミルク、鶏ささ身、鶏ひき肉、淡色みそ、油揚げ	バナナ、○かぼちゃ、○キャベツ、ごまつな、キャベツ、○たまねぎ、にんじん、たまねぎ、○にんじん、ねぎ、しいたけ、ひじき、しょうが、○カットわかめ
27金	季節のおこわ(グリーンピース)軟飯 かつおの竜田揚げ 新じゃがサラダ みそ汁 いちご	◎牛乳 ○牛乳 ○トースト ○ミルクシチュー ○青のりポテト	米、○食パン、○じゃがいも、じゃがいも、片栗粉、もち米、マヨドレ、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、○鶏ささ身、かつお(香)、○育児用ミルク、鶏もも肉、淡色みそ、油揚げ	いちご、○にんじん、○たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、グリーンピース、にんじん、たまねぎ、スナップえんどう、しょうが、刻みこんぶ、○あおのり

※仕入れの状況により、献立・食材が変更することがございます。