

# 5月の献立表 幼児食

平成30年5月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	火	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	八宝菜	豚肉・いか	油・シャンタン・しょうゆ	白菜・赤ピーマン	もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳
				蒸しシュウマイ	シュウマイ	片栗粉・料理酒	たけのこ・絹さや・おろししょうが		
				中華スープ		シャンタン・塩	もやし・コーン		
				ごはん		米			
2	水	紫いも せんべい	紫いも せんべい	こいのぼり寿司	鮭フレーク・うすら卵	米・酢・砂糖・しょうゆ	胡瓜・れんこん・干椎茸・人参	かしわもち 牛乳	かしわもち 牛乳
					錦糸卵				
				鶏じゃが煮	鶏肉	じゃがいも・しょうゆ・砂糖	絹さや		
				そうめんの味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌	そうめん	青ねぎ		
7	月	オレンジ	オレンジ	マカロニグラタン	鶏肉・牛乳	マカロニ・ホワイトルー・塩	たまねぎ・マッシュルーム缶	りんごパイ 牛乳	餃子の皮 りんご 砂糖 牛乳
					ミックスチーズ	コンソメ・マーガリン・パン粉			
				ちんげん菜ソテー	ウインナー	塩・こしょう・油	ちんげん菜・赤ピーマン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ブロッコリー・カリフラワー		
				ごはん		米			
8	火	ウエハース	ウエハース	さわらの生姜煮	さわら	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生姜	みるくもち お茶	かたくり粉 牛乳 砂糖 きな粉 お茶
				そら豆の塩茹で		塩	そらまめ		
				春雨のさっぱり和え	ハム	春雨・酢・砂糖・ごま油	きくらげ・人参		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		大根・青ねぎ		
				ごはん		米			
9	水	ふかしいも	さつまいも	チキンカツ	チキンカツ	油		かぼちゃ入り 蒸しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 牛乳
				トマト			トマト		
				レンコンサラダ	ツナ	マヨネーズ・塩	レンコン・人参・きゅうり		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		なめこ・青ねぎ		
				ごはん		米			
10	木	クラッカー	クラッカー	ずき焼き風煮	牛肉・焼き豆腐	ふ・糸こんにゃく・しょうゆ	人参・たまねぎ・白菜	ごまクッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 黒ゴマ 牛乳
				さつまいもの天ぷら		さつまいも・天ぷら粉・油			
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		ほうれん草		
				ごはん		米			
11	金	りんご	りんご	たらの味噌マヨ焼き	たら・味噌	マヨネーズ	粉パセリ	チヂミ 牛乳	小麦粉 卵 ーラ 人参 ごま油 しょうゆ 牛乳
				キャベツのゆかり和え			キャベツ・ゆかり		
				かぼちゃのそぼろあん	豚ミンチ	砂糖・みりん・料理酒・しょうゆ	かぼちゃ・グリーンピース		
						片栗粉			
				すまし汁	かつお節・だし昆布・ゆば	しょうゆ・塩・みりん	青ねぎ		
ごはん		米							
12	土	親子遠足							
14	月	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・こしょう・しょうゆ・料理酒	おろし生姜	フルーツ ヨーグルト お茶	ヨーグルト 砂糖 バイン みかん お茶
				ブロッコリー		片栗粉・油	ブロッコリー		
				ポークビーンズ	豚肉・大豆水煮	砂糖・しょうゆ・ケチャップ	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌	コンソメ	トマト		
				ごはん		米	えのき・しめじ		
15	火	粉ぶき芋	じゃがいも	ニラ玉あんかけ	卵・豚ミンチ・カニカマ	砂糖・塩・油・しょうゆ	ニラ・たまねぎ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳
				もやしナムル	ハム・刻みのり	しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	もやし・きゅうり		
				中華スープ		シャンタン・塩・ごま	ちんげん菜		
				ごはん		米			
16	水	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	炊き込みごはん	鶏肉	米・こんにゃく・しょうゆ・塩	人参	ウインナー ドッグ 牛乳	ホットケーキ ミックス ウインナー 油 牛乳
				さんまの塩焼き	さんま	塩			
				(0.1歳はほき)					
				ほうれん草のおかか和え	かつお節	しょうゆ・砂糖	ほうれん草		
				さつまいものレモン煮		さつまいも	レモン		
味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		白菜						
17	木	こめほんせん	こめほんせん	ハンバーグ	ハンバーグ	ビーフシチューの素		五平餅 牛乳	米 赤味噌 みりん 砂糖 牛乳
				人蔘ソテー		油・塩・こしょう	人参		
				ジャーマンポテト	ウインナー	じゃがいも・塩・こしょう	しめじ・粉パセリ		
						コンソメ・油・しょうゆ			
				コンソメスープ	わかめ	コンソメ・塩	大根		
ロールパン		ロールパン							

# 5月の献立表 幼児食

平成30年5月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
18	金	南瓜煮	かぼちゃ	厚揚げと牛肉の甘辛炒め	厚揚げ・牛肉	みりん・料理酒・砂糖・油	キャベツ・たまねぎ・赤ピーマン	フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 グラニュー糖 牛乳
					赤味噌		ピーマン		
				はりはり大根サラダ	刻み昆布	砂糖・酢・しょうゆ	人参・切干大根		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		オクラ		
19	土	紫いも ぜんべい	紫いも ぜんべい	豚丼	豚肉	米・糸こんにゃく	たまねぎ・人参	フライドポテト 牛乳	フライドポテト 塩 牛乳
						砂糖・しょうゆ			
				きゅうりの酢の物	ちりめんじゃこ	砂糖・酢・塩・しょうゆ	きゅうり・わかめ		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌・豆腐		ねぎ		
21	月	クラッカー	クラッカー	鱈の竜田揚げ	さば	油・しょうゆ・みりん・料理酒	生姜	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキング パウダー 牛乳
				(0.1歳はたら)		片栗粉			
				なまず		酢・塩・砂糖・ごま	大根・人参		
				高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵	砂糖・しょうゆ・料理酒・みりん	干し椎茸・絹さや		
22	火	お誕生日会 ベビースティック	ベビースティック	お弁当プレート	厚焼き卵・エビフライ	油	プロッコリー	パンケーキ 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 卵 パン ホイップ 牛乳
					ウインナー				
				ゆかりおにぎり		米	ゆかり		
				カレーマヨポテトサラダ		じゃがいも・マヨネーズ・カレー粉	きゅうり・人参・コーン		
23	水	オレンジ	オレンジ	甘酢団子	肉団子	酢・しょうゆ・砂糖・クチャップ	玉ねぎ・ピーマン・人参	野菜チップス 牛乳	かぼちゃ じゃがいも 油 塩 牛乳
						みりん・片栗粉			
				バンバンジーサラダ	鶏肉・味噌	砂糖・しょうゆ・料理酒・ごま	きゅうり・もやし		
				中華スープ	木綿豆腐	シャンタン・塩	ニラ		
24	木	ウエハース	ウエハース	ハヤシライス	牛肉	米・砂糖・ハヤシルー・クチャップ	たまねぎ・マッシュルーム缶	ぎょうざピザ 牛乳	ぎょうざの皮 クチャップ トマト コーン 粉チーズ 牛乳
							人参・グリーンピース		
				スパゲティサラダ	ウインナー	スパゲティ・塩・こしょう	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ		
				りんご			りんご		
25	金	ふかしいも	さつまいも	チキンのレモン焼き	鶏肉	料理酒・塩・こしょう・油	粉パセリ・レモン	ようかん 牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
						塩	そら豆		
				ごぼうの金平		ごま油・しょうゆ・料理酒	ごぼう・人参		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌・わかめ		ふ		
26	土	赤ちゃん ぜんべい	赤ちゃん ぜんべい	焼きうどん	豚肉	うどん・塩・こしょう	ピーマン・たまねぎ・人参	おかかおにぎり お茶	米 かつお節 しょうゆ お茶
						やきそばソース	キャベツ		
				プロッコリーサラダ	ツナ	酢・塩・こしょう	プロッコリー・人参		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌		小松菜		
28	月	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	かわいいの生姜煮	かわい	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生姜	揚げパン 牛乳	ロールパン 油 グラニュー糖 牛乳
						里芋・しょうゆ・砂糖	いんげん		
				ピーマン炒め	豚ミンチ	ピーマン・料理酒・しょうゆ	ピーマン・玉ねぎ・赤ピーマン		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌	塩・こしょう・油	干椎茸		
29	火	粉ふき芋	じゃがいも	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	もやし・キャベツ・ニラ	お惣ラスク ビビビ キャンディ チーズ 牛乳	ふ マーガリン きな粉 砂糖 ビビビキャンディ チーズ 牛乳
						塩・こしょう・シャンタン	人参		
				揚げぎょうざ	ぎょうざ	油			
				中華スープ		シャンタン・塩	大根・ちんげん菜		
30	水	こめぼんせん	こめぼんせん	筑前煮	鶏肉・厚揚げ	板こんにゃく・砂糖・しょうゆ	大根・ごぼう・人参	豆腐ドーナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
						料理酒・みりん・油	絹さや・干椎茸		
				小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・しょうゆ	小松菜・コーン		
				味噌汁	かつお節・だし昆布・味噌・油揚げ		ほうれん草		
31	木	りんご	りんご	白身フライ	白身フライ	油	ブチトマト	そばめし 牛乳	米 蒸し麺 キャベツ 豚肉 やきそばソース 青のり 油 牛乳
				マカロニサラダ	ウインナー	マカロニ・マヨネーズ・塩・こしょう	きゅうり・コーン		
				ずまし汁	かつお節・だし昆布・はんぺん	しょうゆ・塩・みりん	青ねぎ		
				ごぼん	米				