

H30年 5月の献立

乳幼児

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名	
1	火	野菜スナック お茶	カレーライス キャベツおろしサラダ/フルーツ	白米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ニンニク・カレールウ・鶏ガラ キャベツ・胡瓜・人参/りんご	苺のラスク 牛乳	苺・生クリーム マーガリン	
2	水	ミレービスケット 牛乳	ごはん/ぶりの照焼き じゃが芋の煮物/白菜の和え物 わかめと苺のみそ汁/フルーツ	米・うすい豆/餅 じゃが芋・小松菜/白菜・人参 わかめ・苺/オレンジ	フルーツ 胚芽スティック 牛乳	りんご 胚芽スティック	
3	木	憲法記念日(休園)					
4	金	みどりの日(休園)					
5	土	こどもの日(休園)					
7	月	ひじきスティック 牛乳	ごはん/金目鯛と豆腐の煮付け キャベツのおかか和え/かき玉汁/フルーツ	米/金目鯛・焼き豆腐・土生姜 キャベツ・人参・かつお節/玉葱・卵・ほうれん草/オレンジ	人参おにぎり 牛乳	米・人参	
8	火	紫芋チップ お茶	<子どもの日のランチ> チキンライス/エビフライとじゃが芋のフライ スナックエンドウ /五目すまし汁/フルーツ	米・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・ケチャップ/エビ・じゃが芋・小麦粉・パン粉・ソース スナックエンドウ/大根・人参・糸こんにゃく・えのき・キヌサヤ/りんご	桜蒸しパン 牛乳	小麦粉・桜の塩漬け ベーキングパウダー 豆乳	
9	水	野菜スティック 牛乳	ごはん/つくね団子の炊き合せ 人参と糸こんにゃくの金平/添えブロッコリー キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・豆腐・玉葱・ふき・人参 人参・糸こんにゃく・ごま/ブロッコリー キャベツ・うす揚げ/りんご	フルーツ ミレービスケット 牛乳	バナナ ミレービスケット	
10	木	りんご お茶	ごはん/鮭の塩焼き 切干大根の煮物/小松菜のごまみそ和え 豆腐とわかめのみそ汁/フルーツ	米/鮭 切干大根・うす揚げ・人参・干し椎茸/小松菜・もやし・人参・ごま 豆腐・わかめ/オレンジ	じゃが芋のチーズ焼き 牛乳	じゃが芋・チーズ 青のり	
11	金	胚芽スティック 牛乳	ごはん/筑前煮 ブロッコリーの白和え 玉葱とさつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・ごぼう・レンコン・人参・板こんにゃく・干し椎茸・キヌサヤ ブロッコリー・豆腐・ごま 玉葱・さつま芋/りんご	ミルクパン 牛乳	ミルクパン (卵入り)	
12	土	ミルクスティック お茶	焼肉丼 ごぼうと人参のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・ピーマン・土生姜 ごぼう・小松菜・玉葱・人参/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒	
14	月	ミレービスケット 牛乳	ごはん/いわしの蒲焼き 竹輪の炒り煮/キャベツの酢の物 じゃが芋とわかめのみそ汁/フルーツ	米/鮭・土生姜 竹輪・大根・人参・三度豆/キャベツ・胡瓜・人参 じゃが芋・玉葱・わかめ/オレンジ	フルーツ 野菜スナック 牛乳	りんご 野菜スナック	
15	火	煙のクラッカー お茶	三色丼/ツナ入り厚焼き卵 添えブロッコリー/とろろ昆布汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・ほうれん草・コーン缶/卵・玉葱・人参・ツナ缶 ブロッコリー/とろろ昆布・玉葱・豆腐/りんご	昆布おにぎり 牛乳	米・昆布・ごま	
16	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/豆腐の中華煮 胡瓜と竹輪の甘酢和え/ごまめ/フルーツ	ごはん/豚肉・豆腐・白菜・チンゲン菜・人参・干し椎茸・ニンニク 胡瓜・キャベツ・竹輪・ごま/ごまめ/バナナ	マーブルクッキー 牛乳	小麦粉・ココア・生クリーム バター・ベーキングパウダー	
17	木	オレンジ お茶	ごはん/鯖のみそ煮 五目大豆煮/白菜のゆかり和え 玉葱と苺のみそ汁/フルーツ	米/鯖・土生姜 大豆・人参・ごぼう・板こんにゃく・昆布/白菜・人参・ゆかり 玉葱・苺/りんご	チヂミ 牛乳	小麦粉・竹輪・玉葱 ニラ・人参・かつお粉	
18	金	ミルクスティック 牛乳	ごはん/カレー肉じゃが 胡瓜とわかめの酢の物 豆腐となめこのみそ汁/フルーツ	米/豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・グリーンピース・カレー粉 胡瓜・キャベツ・わかめ 豆腐・なめこ・青葱/りんご	カスタードロール 牛乳	カスタードロール (卵入り)	
19	土	あゆみファミリーデー(10:00~14:00)					
21	月	胚芽スティック 牛乳	ごはん/あじのフライ カロチンとえ そうめん汁/フルーツ	米/鮭・土生姜・小麦粉・パン粉・ソース 南瓜・人参・ほうれん草・かつお節 素麺・うす揚げ・人参・青葱/りんご	ひじきおにぎり 牛乳	米・ひじき・人参 竹輪	
22	火	野菜スナック お茶	キーマカレー グリーンサラダ/さつま芋のソテー/フルーツ	白米・豚ミンチ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・カレー粉・ケチャップ・ソース キャベツ・胡瓜・玉葱/さつま芋/りんご	フルーツ/ねじりん棒 牛乳	オレンジ/ねじりん棒	
23	水	りんご 牛乳	ごはん/カレイの磯辺焼き ほうれん草の和え物/南瓜の煮物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・青のり ほうれん草・キャベツ・えのき/南瓜 豆腐・玉葱・青葱/バナナ	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・チーズ ベーキングパウダー 豆乳	
24	木	野菜スティック お茶	<給乳満足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です 人参ごはん/高野豆腐の卵とじ/みりん干し おかかピーマン/玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米・人参/高野豆腐・卵・グリーンピース/みりん干し ピーマン・かつお節/玉葱・わかめ/りんご	ブルーベリーヨーグルト ビスコ お茶	スキムミルク ブルーベリージャム ビスコ	
25	金	煙のクラッカー 牛乳	<5月生まれ誕生会> 菜ごはん/ハンバーグ ポテトサラダ/添えアスパラガス ほうれん草と苺のすまし汁/フルーツ	米・小松菜/合挽ミンチ・玉葱・豆乳・パン粉・ソース・ケチャップ じゃが芋・玉葱・コーン缶・胡瓜・マヨネーズ/アスパラガス ほうれん草・苺・えのき/メロン・りんご	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 生クリーム みかん缶	
26	土	紫芋チップ お茶	すき焼き丼 さつま芋と玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・玉葱・人参・糸こんにゃく・焼き豆腐 さつま芋・玉葱・人参/りんご	ミレービスケット 牛乳	ミレービスケット	
28	月	胚芽スティック 牛乳	ごはん/鶏肉の甘辛煮 ピーンサラダ/じゃが芋のソテー 白菜のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・土生姜 ピーン・小松菜・玉葱・人参・ツナ缶・マヨネーズ/じゃが芋 白菜・うす揚げ・人参/オレンジ	わらび餅 牛乳	わらび粉・きな粉	
29	火	オレンジ お茶	ビビンバ/豚肉の甘辛炒め/さつま芋のレモン煮 春雨のスープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱/さつま芋・レモン 春雨・玉葱・人参・干し椎茸・チンゲン菜/りんご	せんべい 牛乳	せんべい	
30	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/麻婆豆腐 五色和え/ごまめ フルーツ	米/豚ミンチ・豆腐・干し椎茸・青葱・ニンニク・土生姜・鶏ガラ 大根・人参・コーン缶・ツナ缶・ほうれん草/ごまめ オレンジ	フルーツ 煙のクラッカー 牛乳	バナナ 煙のクラッカー	
31	木	野菜スナック お茶	ごはん/カジキマグロのごまフライ キャベツと竹輪のカレー炒め/金時豆 ごぼうとえのきのみそ汁/フルーツ	米/カジキマグロ・ごま・小麦粉・パン粉・ソース キャベツ・竹輪・土生姜・カレー粉/金時豆 ごぼう・えのき・人参・青葱/りんご	焼きそば 牛乳	中華麺・竹輪・青葱 キャベツ・もやし 人参・かつお粉・ソース	

- ※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分つき米を使用しています。
- ※ 調味料は記載以外に、出汁(昆布・青魚・鮭)・砂糖・醤油・みりん・酒・塩・こしょう・植物油・酢・片栗粉・味噌を使用しています。
- ※ アレルギー児については除去食で対応しています。
- ※ 乳児…朝のおやつは月・水・金に、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。
- ※ 幼児…昼食時は月・水・金に、3時のおやつは毎日牛乳を飲みます。
- ※ 延長保育には、フルーツ・菓子などの軽食を日替わりで提供しています。

(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)