

2019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	水			即位の日(休園)		
2	木			国民の休日(休園)		
3	金			憲法記念日(休園)		
4	土			みどりの日(休園)		
6	月			振替休日(休園)		
7	火	ひじきスティック お茶	ごはん/カレイの天ぷら 切干大根の煮物/小松菜の和え物 南瓜と玉葱のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・カレイ粉・小麦粉 切干大根・人参・うす揚げ/小松菜・キャベツ・もやし 南瓜・玉葱/りんご	抹茶わらび餅 牛乳	わらび餅粉・抹茶 きな粉
8	水	ミレービスケット 牛乳	<子どもの日のランチ> 豆ごはん/ハンバーグ 粉らき芋/ソテースパゲティ かき玉汁/フルーツ	米・うすい豆/合挽ミンチ・玉葱・人参・豆乳・パン粉・ケチャップ・ソース じゃが芋/パセリ/スパゲティ・玉葱 卵・青葱/いちご	竹輸入りたご焼き 牛乳	小麦粉・卵・竹輪・青葱 ソース・青のり
9	木	りんご お茶	ごはん/鮭のしょうが焼き 五目大豆煮/キャベツの酢の物 うどんのみそ汁/フルーツ	米/鮭・土生姜 大豆・人参・ごぼう・三度豆・昆布/キャベツ・胡瓜・もやし うどん種・うす揚げ・人参/バナナ	ミルクパントースト 牛乳	食パン・マーガリン 牛乳
10	金	コーン蒸しパン 牛乳	ごはん/豚肉と野菜の炒め物 三色和え なめこ豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・もやし・ピーマン・人参・玉葱・土生姜 じゃが芋・人参・ほうれん草・かつお節 なめこ・豆腐・青葱/りんご	ひじきおにぎり 牛乳	米・ひじき・人参 うす揚げ
11	土	紫芋チップ お茶	豚丼 白菜と揚げのみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参・青葱 白菜・人参・うす揚げ/オレンジ	畑のクラッカー 牛乳	畑のクラッカー
13	月	ボンデケーキ 牛乳	ごはん/サバのみそ煮 南瓜の煮物/キャベツの酢の物 大根のすまし汁/フルーツ	米/サバ・土生姜 南瓜/キャベツ・胡瓜・人参 大根・うす揚げ/オレンジ	焼きそば 牛乳	中華麺・竹輪・人参 キャベツ・もやし かつお粉・ソース・青のり
14	火	カリボテスナック お茶	キーマカレー アスパラとじゃが芋のサラダ/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 アスパラガス・じゃが芋・人参・コーン缶・マヨネーズ/オレンジ	ももの手作りヨーグルト ビスコ/お茶	スキムミルク・黄桃缶 ビスコ
15	水	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/春キャベツのハンバーグ カロチンとえ 豆腐と揚げのみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・春キャベツ・人参・椎茸 南瓜・人参・ほうれん草・かつお節 豆腐・うす揚げ/バナナ	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・豆乳・チーズ ベーキングパウダー
16	木	ミルクスティック お茶	ごはん/あじフライ さつま芋のレモン煮/金平ごぼう 玉葱とほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/籾・小麦粉・パン粉 さつま芋・レモン/ごぼう・人参・ピーマン・ごま 玉葱・ほうれん草/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
17	金	動物ビスケット 牛乳	ごはん/豆腐とエビのケチャップ煮 春雨サラダ みりん干し/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ・エビ・玉葱・人参・チンゲン菜・ニンニク・土生姜 トマト缶・ケチャップ/春雨・胡瓜・コーン缶 みりん干し/オレンジ	ストロベリーツイスト 牛乳	ストロベリーツイスト (卵・乳製品)
18	土			あゆみファミリータイム(9:30~12:00)		
20	月	きなこウエハース 牛乳	ごはん/サバの塩焼き ひじき入り玉子焼き/おかかピーマン 白菜のみそ汁/フルーツ	米/サバ 卵・ひじき・玉葱・人参/ピーマン・かつお節 白菜・人参・うす揚げ/りんご	コーンの焼きおにぎり 牛乳	米・コーン缶
21	火	畑のクラッカー お茶	ヒビンバ/豚肉の甘辛炒め じゃが芋のソテー 春雨スープ/フルーツ	米・ほうれん草・人参・もやし・ごま/豚肉・玉葱 じゃが芋 春雨・チンゲン菜・人参/りんご	フルーツ ビスコ 牛乳	オレンジ ビスコ
22	水	麩のラスク 牛乳	ごはん/ブリの照焼き/小松菜の和え物 よもぎ・さつま芋の天ぷら 玉葱とわかめのみそ汁/フルーツ	米/ブリ/小松菜・キャベツ・人参 よもぎ・さつま芋・小麦粉 玉葱・わかめ/オレンジ	きつねうどん 牛乳	うどん種・うす揚げ 青葱
23	木	りんごのソフトクッキー お茶	<幼児適足の日> ※3・4・5歳児はお弁当です ケチャップライス クリームシチュー/野菜サラダ/フルーツ	米・玉葱・人参・グリーンピース・コーン缶/ケチャップ 鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・ほうれん草・シチューのルウ/キャベツ・人参/バナナ	カスタードロールパン (卵・乳製品) 牛乳	カスタードロールパン
24	金	胚芽スティック 牛乳	<5月生まれ誕生会> ちらし寿司/鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ/ブロッコリー 豆腐と揚げのすまし汁/フルーツ	白米・ごぼう・人参・竹輪・干し椎茸・卵/鶏肉・土生姜・ニンニク マカロニ・胡瓜・人参・マヨネーズ/ブロッコリー 豆腐・うす揚げ・三つ葉/りんご・オレンジ	バナナマフィン 牛乳	ホットケーキミックス 生クリーム・牛乳 バナナ
25	土	ひじきスティック お茶	すき焼き丼 さつま芋のみそ汁	米・豚肉・白菜・人参・玉葱・糸こんにゃく・焼き豆腐・青葱 さつま芋・うす揚げ・人参/オレンジ	ねじりん棒 牛乳	ねじりん棒
27	月	カル鉄スティック 牛乳	ごはん/サワラのみそ焼き じゃが芋の煮物/ほうれん草と水菜のごま和え わかめと麩のすまし汁/フルーツ	米/サワラ じゃが芋/ほうれん草・水菜・人参・ごま わかめ・麩/りんご	杏仁豆腐 お茶	牛乳・寒天・黄桃缶 みかん缶・パイ缶
28	火	野菜スティック お茶	チキンカレーライス/ゆで卵 大根とちりめんじゃこのサラダ/フルーツ	白米・鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ニンニク・鶏ガラ・カレールウ 卵/大根・ちりめんじゃこ・胡瓜・コーン缶/オレンジ	りんごのトースト 牛乳	食パン・マーガリン りんご
29	水	ミレービスケット 牛乳	ごはん/鮭の照焼き 竹輪の磯辺揚げ/ひじき大豆煮 素麺のみそ汁/フルーツ	米/鮭 竹輪・青のり・小麦粉/ひじき・大豆・人参・グリーンピース 素麺・うす揚げ・青葱/りんご	人参おにぎり 牛乳	米・人参
30	木	マシュマロサンド お茶	ごはん/豆腐の中華煮 ピーマンサラダ/フルーツ	米/豚肉・豆腐・白菜・チンゲン菜・人参・干し椎茸・ニンニク・鶏ガラ ピーマン・玉葱・人参・小松菜・ツナ缶・マヨネーズ/バナナ	チヂミ 牛乳	小麦粉・片栗粉・竹輪 ニラ・玉葱・人参
31	金	ひじきスティック 牛乳	ごはん/鶏肉の照焼き 金時豆/キャベツの塩昆布和え 大根と揚げのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・玉葱 金時豆/キャベツ・胡瓜・塩昆布 大根・人参・うす揚げ/りんご	レーズンのスコーン 牛乳	小麦粉・バター・牛乳 ベーキングパウダー レーズン

※ 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、七分づ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。(3時のおやつが乳製品のときはお茶です)
 ※ 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。