

5月 献立表 幼児食

※5月17日はお楽しみランチです。もも・き・あおぐみは主食（ごはん）は入りません。お箸もいりません。

2024年 5月

矢田野こども園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 水	ごはん 岩手揚げ（未満児 鶏のからあげとさつまいもの天ぷら） じゃこときゅうりの梅ドレッシングあえ 豚汁	○お茶 ビスケット ◎お茶 チーズ入りチヂミ	大豆、卵、ちりめんじゃこ、豚かた肉、絹ごし豆腐、豚ひき肉、ピザ用チーズ	干しひじき、にんじん、きゅうり、りょくとうもやし、梅びしお、だいこん、ごぼう、長ねぎ、にら、たまねぎ	精白米、さつまいも、三温糖、薄力粉、大豆油、ごま油、すりごま	こいくちしょうゆ、穀物酢、米みそ、かつおだし、麦茶、ハードビスケット
2 木	ごはん ミートローフ マッシュポテト 卵スープ	○お茶 せんべい ◎牛乳 ビスケット	牛ひき肉、豚ひき肉、プロセスチーズ、牛乳、卵、ロースハム	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、キャベツ	精白米、パン粉、調合油、三温糖、じゃがいも、有塩バター	ウスターソース、トマトケチャップ、マヨネーズ、食塩、白こしょう、コンソメ、こいくちしょうゆ、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット
7 火	わかめごはん 魚の甘酢ソース ほうれん草のおひたし 味噌汁	○お茶 パナナ ◎のむヨーグルト クラッカー	たら、油揚げ、飲むヨーグルト	にんにく、新しょうが、長ねぎ、ほうれん草、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、たまねぎ、パナナ	精白米、かたくり粉、大豆油、三温糖	炊き込みわかめ、鶏がらだし、穀物酢、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、米みそ、麦茶、クラッカー
8 水	カレーライス カレシチュー(ポーク) ドレッシングサラダ オレンジ	○お茶 せんべい ◎牛乳 ココアマフィン	豚かた肉、プレーンヨーグルト、卵、牛乳	にんじん、たまねぎ、りんご、新しょうが、にんにく、野菜ミックスジュース、きゅうり、レタス、カットわかめ、みかん缶、バレンシアオレンジ	精白米、じゃがいも、薄力粉、三温糖、調合油、ごま油、ホットケーキミックス、有塩バター	カレー粉、コンソメ、こいくちしょうゆ、ウスターソース、カレールウ、穀物酢、麦茶、甘辛せんべい、ピュアココア
9 木	ごはん チキンカツ ブロッコリーと卵のサラダ チンゲン菜のスープ	○お茶 ヨーグルト ◎牛乳 せんべい	鶏むね肉、卵、ロースハム、ヨーグルト、牛乳	ブロッコリー、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン缶	精白米、薄力粉、パン粉、大豆油、オリーブ油	ウスターソース、トマトケチャップ、マヨネーズ、こいくちしょうゆ、コンソメ、麦茶、甘辛せんべい
10 金	ごはん 江戸っ子煮 ごま酢あえ りんご	○お茶 ポーロ ◎牛乳 ハムチーズサンド	大豆、牛かた肉、高野豆腐、牛乳、ロースハム、プロセスチーズ	にんじん、たけのこ、りしりこんぶ、りょくとうもやし、きゅうり、りんご	精白米、車ふ、しらたき、三温糖、はるさめ、すりごま、ごま油、ポーロ、食パン	こいくちしょうゆ、合成清酒、穀物酢、麦茶、マヨネーズ
11 土	焼きそば 焼きそば 味付小魚 チーズ	○お茶 ビスケット	豚かた肉、味付小魚、プロセスチーズ	キャベツ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし	中華めん、調合油	焼きそばソース、食塩、白こしょう、麦茶、ハードビスケット
13 月	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 マセドアンサラダ 味噌汁	○お茶 ウエハース ◎ヨーグルトあえ	鶏むね肉、プロセスチーズ、ロースハム、油揚げ、プレーンヨーグルト	オレンジマーマレード、にんじん、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、みかん缶、白桃缶、パナナ	精白米、かたくり粉、大豆油、じゃがいも	食塩、白こしょう、こいくちしょうゆ、合成清酒、穀物酢、マヨネーズ、かつおだし、米みそ、麦茶、ウエハース
14 火	ごはん ホイコーロー ひじきナムル コーンかきたまスープ	○お茶 パナナ ◎牛乳 フライドポテト	豚かた肉、卵、牛乳	にんにく、しょうが、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし、きゅうり、干しひじき、こねぎ、コーン缶、パナナ、あおのり	精白米、ごま油、三温糖、いりごま、じゃがいも、大豆油	こいくちしょうゆ、テンメンジャン、合成清酒、穀物酢、鶏がらだし、麦茶、食塩
15 水	食パン コーンチャウダー トマトのバジルサラダ パナナ	○お茶 ビスケット ◎牛乳 せんべい	鶏もも肉、牛乳、ベーコン、プロセスチーズ、粉チーズ	たまねぎ、にんじん、コーン缶、パセリ、トマト、レタス、きゅうり、パナナ	食パン、じゃがいも、薄力粉、有塩バター、オリーブ油、三温糖	コンソメ、食塩、バジル、こいくちしょうゆ、合成清酒、マヨネーズ、ハードビスケット、甘辛せんべい
16 木	ごまにぎり ぎょうざ入りスープ ポテトサラダ アニマルチーズ	○お茶 せんべい ◎野菜ジュース ビスケット	豚かた肉、ロースハム、プロセスチーズ	チンゲンサイ、たけのこ、長ねぎ、にんじん、しいたけ、きゅうり、りんご、コーン缶、野菜ミックスジュース	精白米、いりごま、冷凍ぎょうざ、大豆油、ごま油、じゃがいも	食塩、鶏がらだし、こいくちしょうゆ、合成清酒、みりん風調味料、マヨネーズ、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット
17 金	オムライス エビフライ（未満児 肉団子） スパゲティサラダ(ツナ) わかめスープ	○りんごジュース ◎ホワイトミニ 味付小魚	鶏もも肉、卵、ツナ缶、絹ごし豆腐、味付小魚	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、キャベツ、コーン缶、カットわかめ、りんごジュース	精白米、有塩バター、エビフライ、大豆油、三温糖、スパゲッティ	トマトケチャップ、コンソメ、食塩、ミートボール、ウスターソース、マヨネーズ、こいくちしょうゆ、ホワイトミニ
18 土	スパゲティ スパゲティイタリアン 味付小魚 チーズ	○お茶 せんべい	牛ひき肉、豚ひき肉、ロースハム、粉チーズ、味付小魚、プロセスチーズ	たまねぎ、にんじん、青ピーマン	スパゲッティ、調合油	トマトケチャップ、食塩、白こしょう、コンソメ、麦茶、甘辛せんべい

20 月	ごはん 魚のカレー揚げ トマトときゅうりのピクルス 大根スープ	○お茶 りんご ◎牛乳 ビスケット	赤魚、鶏もも肉、牛乳	きゅうり、トマト、だいこん、たまねぎ、にんじん、りんご	精白米、薄力粉、米粉、大豆油、三温糖、オリーブ油	食塩、白ごしょう、カレー粉、穀物酢、こいくちしょうゆ、コンソメ、料理酒、麦茶、ハードビスケット
21 火	ゆかりごはん ひじき入り肉じゃが ツナサラダ バナナ	○お茶 ヨーグルト ◎牛乳 マカロニきなこ	豚かた肉、ツナ缶、ヨーグルト、牛乳、きな粉	干しひじき、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、キャベツ、きゅうり、コーン缶、バナナ	精白米、じゃがいも、しらたき、調合油、三温糖、マカロニ	ゆかり粉、こいくちしょうゆ、マヨネーズ、麦茶、食塩
22 水	ごはん 煮込みハンバーグ ドレッシングサラダ 味噌汁	○お茶 せんべい ◎牛乳 大学いも	牛ひき肉、豚ひき肉、牛乳、卵、絹ごし豆腐	たまねぎ、ぶなしめじ、にんじん、きゅうり、レタス、カットわかめ、みかん缶、りよくとうもやし、長ねぎ	精白米、パン粉、三温糖、調合油、ごま油、さつまいも、いりごま、大豆油	こいくちしょうゆ、トマトケチャップ、コンソメ、穀物酢、かつおだし、米みそ、麦茶、甘辛せんべい
23 木	パン ポークチュー コールスローサラダ アニマルチーズ	○お茶 ポーロ ◎ミルクココア クラッカー	豚かた肉、生クリーム、ローズハム、プロセスチーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン缶	ロールパン、じゃがいも、調合油、米粉、ポーロ、三温糖	料理酒、ハヤシルウ、コンソメ、トマトケチャップ、ウスターソース、マヨネーズ、麦茶、ピュアココア、クラッカー
24 金	ごはん マーボー豆腐 むしシューマイ ほうれん草のナムル	○お茶 ビスケット ◎ジョア せんべい	木綿豆腐、豚ひき肉、ローズハム	長ねぎ、新しょうが、にんにく、青ピーマン、にんじん、ほうれんそう、りよくとうもやし	精白米、三温糖、調合油、ごま油、かたくり粉、ジャンボポークチューマイ、ジョア	こいくちしょうゆ、テンメンジャン、鶏がらだし、穀物酢、麦茶、ハードビスケット、甘辛せんべい
25 土	うどん 肉うどん 味付小魚 チーズ	○お茶 せんべい	牛かた肉、焼き抜きかまぼこ、味付小魚、プロセスチーズ	長ねぎ、にんじん	うどん、三温糖	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、合成清酒、麦茶、甘辛せんべい
27 月	ごはん 白味噌ポトフ 和風サラダ トマト	○お茶 オレンジ ◎牛乳 せんべい	鶏もも肉、ウインナーソーセージ、焼き竹輪、牛乳	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、レタス、トマト、バレンシアオレンジ	精白米、じゃがいも、すりごま、三温糖	煮干しだし、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、合成清酒、米みそ、マヨネーズ、トマトケチャップ、麦茶、甘辛せんべい
28 火	ごはん 鮭フライ 小松菜の納豆あえ 味噌汁	○お茶 チーズ ◎くだものゼリー	さけ、卵、挽きわり納豆、削り節、油揚げ、プロセスチーズ	こまつな、りよくとうもやし、にんじん、たまねぎ、えのきたけ	精白米、薄力粉、パン粉、大豆油、さつまいも、くだものゼリー	ウスターソース、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、かつおだし、米みそ、麦茶
29 水	きなごごはん 豚肉のしょうが焼き(ピーマン) マカロニサラダ 味噌汁	○お茶 りんご ◎牛乳 ジャムサンド	きな粉、豚かた肉、卵、ローズハム、牛乳	新しょうが、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、きゅうり、コーン缶、カットわかめ、りよくとうもやし、長ねぎ、りんご、いちごジャム	精白米、三温糖、調合油、かたくり粉、マカロニ、食パン	こいくちしょうゆ、マヨネーズ、かつおだし、米みそ、麦茶
30 木	ごはん すきやき煮 トマトのココロサラダ バナナ	○お茶 せんべい ◎のむヨーグルト ビスケット	牛かた肉、焼き豆腐、蒸しかまぼこ、大豆、鶏むね肉、プロセスチーズ、飲むヨーグルト	長ねぎ、たけのこ、にんじん、トマト、きゅうり、バナナ	精白米、しらたき、車ふ、三温糖、調合油	こいくちしょうゆ、マヨネーズ、米みそ、穀物酢、麦茶、甘辛せんべい、ハードビスケット
31 金	ごはん タンドリーチキン ひじきサラダ(みかん) 味噌汁	○お茶 ウエハース ◎牛乳 豆乳もち(未満児せんべい)	鶏むね肉、プレーンヨーグルト、牛乳、調製豆乳、きな粉	干しひじき、レタス、きゅうり、みかん缶、たまねぎ、えのきたけ	精白米、薄力粉、かたくり粉、三温糖、ごま油、じゃがいも	カレー粉、食塩、トマトケチャップ、ガーリックパウダー、こいくちしょうゆ、穀物酢、かつおだし、米みそ、麦茶、ウエハース

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつ合計です