



# こんだてひょう

平成30年 5月

| 曜日  | 日             | 朝の未満児おやつ      | 副 食                                     | 材 料                                                                                                                              | 主食 | 3時 おやつ                                             |
|-----|---------------|---------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------|
| 月   | 14<br>28      | 牛乳<br>チーズ     | 切り昆布煮<br>中華サラダ<br>かぼちゃのみそ汁              | 鶏肉・人参・ごぼう・油揚げ・きざみ昆布・砂糖・しょうゆ・みりん・酒・だし汁<br>もやし・人参・きゅうり・ロースハム・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油<br>かぼちゃ・豆腐・玉ねぎ・にら・みそ・煮干し                                |    | 牛乳・クラッカー<br>フルーツゼリー<br>(アガー・砂糖・ジュース・果物缶)           |
| 火   | 1<br>15<br>29 | 牛乳<br>ビスコ     | 魚のムニエル<br>そうめんサラダ<br>お麩のすまし汁            | 魚の切り身・塩・こしょう・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・しょうゆ・(片栗粉)<br>そうめん・人参・きゅうり・ツナ・酢・しょうゆ・油・おろしりんご・おろし玉ねぎ<br>麩・生椎茸・エリンギ・かいわれ菜・人参・しょうゆ・塩・だし昆布      |    | ココア牛乳<br>(牛乳・ココア・砂糖)<br>オレンジ・せんべい                  |
| 水   | 2<br>16<br>30 | 牛乳<br>パイン缶    | かぼちゃのそぼろ煮<br>アスパラとベーコンのソテー<br>ほうれん草のみそ汁 | かぼちゃ・豚ミンチ・人参・玉ねぎ・いんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・だし汁・(片栗粉)<br>卵・グリーンアスパラ・しめじ茸・ベーコン・しょうゆ・塩・こしょう<br>ほうれん草・油揚げ・もやし・人参・葱・みそ・煮干し                     |    | 牛乳・チーズおやき<br>(小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・ホールコーン・チーズ・油)  |
| 木   | 17<br>31      | 牛乳<br>コーンフレーク | にしき揚げ<br>ちくわと愉快的仲間たち<br>豆腐のすまし汁         | 魚のすり身・えび・ひじき・ゆで大豆・人参・ホールコーン・小麦粉・卵・みそ・(しょうゆ)・油<br>ちくわ・千切り大根・きゅうり・トマト・マヨネーズ・酢・黒ごま<br>豆腐・乾)わかめ・人参・えのき茸・葱・しょうゆ・塩・だし昆布                |    | 牛乳<br>バナナ<br>ビスケット                                 |
| 金   | 18            | ヨーグルト         | 豆腐ハンバーグ<br>添え野菜<br>コーンスープ               | 豚ひき肉・豆腐・おから・人参・玉ねぎ・卵・みそ・しょうが汁・塩・こしょう<br>レタス・きゅうり・トマト / 酒・片栗粉・油・ケチャップ・ソース<br>ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・塩・こしょう・(しょうゆ)・鶏がら              |    | お茶・みるつくこ<br>(牛乳・砂糖・片栗粉<br>黄な粉・砂糖・塩)                |
| 土   | 19            | 牛乳<br>ウエハース   | 牛肉の柳川風<br>きゅうりの昆布和え<br>果物               | 牛肉・ごぼう・干椎茸・人参・玉ねぎ・卵・葱・砂糖・しょうゆ<br>きゅうり・塩昆布 / みるりん・酒・だし汁                                                                           |    | 牛乳<br>ドーナツ                                         |
| 月   | 7<br>21       | 牛乳<br>バナナ     | 豚肉とセロリの甘辛炒め<br>トマトの甘酢づけ<br>お芋のみそ汁       | 豚肉・人参・玉ねぎ・セロリ・生椎茸・油・砂糖・しょうゆ・みりん<br>トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・(油)<br>じゃが芋・人参・乾)わかめ・葱・みそ・煮干し                                              |    | 牛乳・ウインナーポール<br>(ウインナー・小麦粉・ベーキン<br>グパウダー・卵・砂糖・豆乳・油) |
| 火   | 8<br>22       | 牛乳<br>せんべい    | 魚の香り焼き<br>ひじきの白和え<br>竹の子のすまし汁           | 魚の切り身・白ごま・にんにく・生姜・葱・砂糖・酒・しょうゆ・ごま油<br>ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・しょうゆ・人参・きゅうり・ほうれん草・豆腐・ごま<br>竹の子・乾)わかめ・えのき茸・三つ葉・しょうゆ・塩・だし昆布・かつお節 / 砂糖・みりん・みそ |    | 牛乳<br>りんご<br>サブレ                                   |
| 水   | 9<br>23       | ヨーグルト         | 卵入り卵の花炒め<br>焼き魚・添)野菜・果物<br>玉ねぎのみそ汁      | おから・豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・干椎茸・ニラ・卵・油・砂糖・醤油・塩・だし汁<br>以上児・ししゃも/未満児・白身魚 / きゅうり・甘夏缶<br>玉ねぎ・きゃべつ・しめじ茸・人参・みそ・煮干し                              |    | 牛乳<br>フライドポテト                                      |
| 木   | 10<br>24      | 牛乳<br>あられ     | 魚のフライ オーロラソース<br>二色和え・添)トマト<br>わかめスープ   | 魚の切り身・塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・マヨネーズ<br>ほうれん草・卵・油・ごま・砂糖・酢・しょうゆ・塩 / トマト<br>乾)わかめ・もやし・人参・葱・しょうゆ・みりん・煮干し・ごま油                        |    | 牛乳<br>あくまき<br>(あくまき・砂糖・黄な粉)                        |
| 金   | 25            | 牛乳<br>卵ボーロ    | 新じゃがの煮物<br>香味漬け<br>青菜のすまし汁              | じゃが芋・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ<br>きゅうり・人参・酢・しょうゆ・砂糖・しょうが汁・ごま油 / みりん・酒・だし汁<br>青菜・かまぼこ・えのき茸・人参・しょうゆ・塩・だし昆布・煮干し                 |    | お茶・フルーツヨーグルト<br>(ヨーグルト・桃缶<br>・みかん缶・バナナ)            |
| 土   | 12<br>26      | 牛乳<br>クッキー    | スパゲティミートソース<br>春きゃべつのスープ                | スパゲティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・生椎茸・パセリ・油<br>ケチャップ・みそ・砂糖・粉チーズ<br>きゃべつ・ウインナー・人参・玉ねぎ・しょうゆ・塩・こしょう・鶏がら                                          |    | 牛乳<br>スティックパン                                      |
| 誕生会 | 11            | 牛乳<br>卵ボーロ    | こいのぼりチキンライス<br>唐揚げ・野菜サラダ<br>すまし汁        | 白米・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・人参・コンソメ顆粒・ケチャップ・卵・グリーンピース<br>鶏肉・片栗粉・油 / レタス・胡瓜・人参・みかん缶・砂糖・醤油・酢・油<br>花麩・豆腐・葱・煮干し・醤油                                |    | 100%りんごジュース<br>こいのぼりゼリー                            |

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。

