



5月

こんだて



平成 28 年 5 月 清武中央保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	2 16 30	牛乳 チーズ	卵入りの花炒め 焼き魚(ししゃも) ステック野菜 たけのこのみそ汁	おから・豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・干椎茸・にら・卵・油・砂糖・醤油・塩・だし汁 ししゃも / きゅうり 未満児は白身魚焼き 竹の子・油揚げ・人参・乾わかめ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 ムーンライト (クッキー)
火	17 31	牛乳 あられ	魚のカレー風味揚げ マカロニサラダ 添え野菜 えのきスープ	魚切り身・塩こしょう・小麦粉・カレー粉・水・油 マカロニ・ロースハム・きゅうり・人参・マヨネーズ塩こしょう / レタス ぶなしめじ・玉ねぎ・乾わかめ・ねぎ・豆腐・醤油・みりん・煮干し	ごはん	牛乳・クラッカー フルーツゼリー (寒天パパ)
水	18	牛乳 パイン缶	かぼちゃのそぼろ煮 野菜とベーコンのソテー 花ふのすまし汁	かぼちゃ・豚ミンチ・人参・玉ねぎ・いんげん・砂糖・醤油・みりん・だし汁・(片栗粉) 卵・人参・しめじ・ベーコン・バター・醤油・塩こしょう 花ふ・人参・かまぼこ・三つ葉・醤油・塩・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・ココアケーキ (白玉粉・水・小麦粉・ココア・ベーキングパウダー・卵・バター・砂糖)
木	19	牛乳 ウエハース	魚のムニエル 添え野菜 春きゃべつの和え物 じゃが芋のみそ汁	魚切り身・塩こしょう・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油・片栗粉 きゃべつ・人参・ホールコーン・砂糖・醤油・いりごま / トマト じゃが芋・乾わかめ・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
金	6 20	飲むヨーグルト	野菜の薄くず汁 ホタテの甘辛煮 添え野菜 ソーメンサラダ	鶏肉・豆腐・ごぼう・人参・生椎茸・もやし・ねぎ・醤油・塩・片栗粉・煮干し ベビーホタテ・油・砂糖・醤油・みりん / レタス ソーメン・人参・きゅうり・ツナ・酢・醤油・油・おろしりんご・おろし玉ねぎ	ごはん	お茶 ミルクっこ (牛乳・砂糖・片栗粉・きなこ・砂糖・塩)
土	7 21	牛乳 菓子	親子うどん きゅうりのしらすあえ 果物	うどん・鶏肉・卵・玉ネギ・干しシイタケ・人参・ねぎ きゅうり・しらす干し・人参・砂糖・酢・醤油 みかん缶		お茶 ミニパン
月	9 23	牛乳 バナナ	豚肉とセロリの甘辛炒め 彩りサラダ 玉ねぎのみそ汁	豚肉・人参・玉ねぎ・セロリ・生椎茸・油・砂糖・醤油・みりん きゃべつ・きゅうり・人参・卵・油・マヨネーズ 玉ねぎ・えのき茸・乾わかめ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・豆乳ドーナッツ (米粉・豆乳・砂糖・バター・ベーキングパウダー・油・(卵))
火	10 24	牛乳 せんべい	魚の香り焼き 添え野菜 ひじきの白和え すまし汁	魚切り身・白ごま・にんにく・しょうが・ねぎ・砂糖・酒・醤油・ごま油 / トマト ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・豆腐・ごま・砂糖 ちくわ・乾わかめ・人参・かいわれ菜・醤油・塩・かつお節・だし昆布 / みりん・みそ	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
水	11 25	飲むヨーグルト	切り昆布煮 中華サラダ 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・醤油・みりん・酒・だし汁 もやし・人参・きゅうり・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 豆腐・かぼちゃ・玉ねぎ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・チーズおやき 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・チーズ・油)
木	12 26	牛乳 ビスコ	にしき揚げ ちくわとゆかいな仲間たち もやしのみそ汁	魚すり身・えび・ひじき・ゆで大豆・人参・ホールコーン・小麦粉・卵・みそ・(醤油)・油 竹輪・千切り大根・きゅうり・トマト・マヨネーズ・醤油・(酢)・(黒ごま) もやし・豆腐・乾わかめ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ ウエハース
金	27	牛乳 卵ボーロ	新じゃがの煮物 香味漬け 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・醤油・みりん・酒・だし汁 きゅうり・人参・酢・醤油・砂糖・しょうが汁・ごま油 青菜・かまぼこ・えのき茸・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・みかん缶・バナナ)
土	14 28	牛乳 菓子	スパゲティミートソース 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 ケチャップ・みそ・砂糖・粉チーズ・(スープ) きゃべつ・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩こしょう・煮干し・鶏がら		お茶 お菓子
誕生会	13	牛乳 卵ボーロ	ちらし寿司 むき海老のから揚げ・すまし汁 野菜サラダ・ミニトマト・果物	干椎茸・ごぼう油揚げ・かまぼこ・竹の子・砂糖・醤油・ごま・砂糖・酢・塩・煮干し むきえび・から揚げ粉・小麦粉・油 / 卵・花ふ・ねぎ・煮干し・醤油 レタス・きゅうり・人参・酢・砂糖・油・醤油 / ミニトマト / みかん缶		牛乳 ミニクリームパン クラッカー

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。