



2020年 5月 黒坂保育

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	11 25	牛乳 せんべい	切昆布煮 中華サラダ お芋の味噌汁	鶏肉・人参・ごぼう・油揚げ・刻み昆布・砂糖・醤油・みりん・酒 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 じゃが芋・人参・(乾)わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ツナ缶・ ピーマン・玉ねぎ・チーズ)
火	12 26	牛乳 チーズ	豆腐入りハンバーグ 添え野菜(レタス・胡瓜・トマト) コーンスープ	豚ひき肉・豆腐・おから・人参・玉ねぎ・卵・味噌・生姜汁・塩P・ レタス・胡瓜・トマト / 酒・片栗粉・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩P・鶏がら	ロールパン	牛乳 カステラ
水	13 27	牛乳 コーンフレーク	にしき揚げ 香味漬け 豆腐のすまし汁	魚すり身・えび・ひじき・ゆで大豆・人参・ホールコーン・小麦粉・ 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 / 卵・味噌・醤油・油 豆腐・(乾)わかめ・人参・エノキ茸・葱・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・青りんごゼリー (ゼリーの素)
木	14 28	飲む ヨーグルト	かぼちゃのそぼろ煮 アスパラとベーコンのソテー 白菜の味噌汁	南瓜・豚ミンチ・人参・玉ねぎ・インゲン・砂糖・醤油・みりん・出し汁・片栗粉 卵・グリーンアスパラ・しめじ茸・ベーコン・バター・醤油・塩P 白菜・エノキ茸・人参・味噌・煮干し	ごはん	ココア牛乳 オレンジ せんべい
金	1 15 29	牛乳 ビスコ	魚の塩焼き そうめんサラダ お麩のすまし汁	甘塩鮭 そうめん・人参・胡瓜・ツナ・酢・醤油・油・リンゴ・玉ねぎ 麩・生しいたけ・エリンギ・かいわれ菜・人参・醤油・塩・出し昆布・かつお節	ごはん	お茶 みるくっこ (牛乳・片栗粉・きな粉・砂糖・塩)
土	2 16 30	牛乳 卵ボーロ	牛肉の柳川風(丼) 胡瓜の昆布和え 果物(バナナ)	牛肉・ごぼう・干しいたけ・人参・玉ねぎ・卵・葱・砂糖 胡瓜・塩昆布 / 醤油・みりん・酒・出し汁 バナナ	ごはん	牛乳 プリン
月	18	牛乳 バナナ	豚肉とセロリの甘辛炒め トマトの甘酢漬け 玉ねぎの味噌汁	豚肉・人参・玉ねぎ・セロリ・生しいたけ・油・砂糖・醤油・みりん トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・(オリーブオイル) 玉ねぎ・キャベツ・しめじ茸・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ウインナーボール (ウインナー・小麦粉・BP・ 砂糖・豆乳・揚げ油)
火	19	牛乳 卵ボーロ	新じゃがの煮物 ちくわとゆかいな仲間たち ほうれん草の味噌汁	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・出し汁 ちくわ・千切り大根・胡瓜・トマト・マヨネーズ・醤油・酢・白ごま ほうれん草・油揚げ・もやし・人参・味噌・煮干し	ごはん	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト・桃缶・ミカン缶)
水	20	ヨーグルト	魚のムニエル ひじきの白和え 竹の子のすまし汁	魚の切り身・塩P・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油・(片栗粉) ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・醤油・人参・胡瓜・ほうれん草・豆腐・ごま・砂糖・みりん・味噌 竹の子・(乾)わかめ・エノキ茸・三つ葉・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 あくまき (きな粉・砂糖・塩)
木	21	牛乳 ビスケット	鶏肉のオープン焼き ゆで野菜・納豆 南瓜の味噌汁	鶏肉・塩・片栗粉・長ネギ・生姜・ごま油・醤油・酢・砂糖 キャベツ・人参 / 納豆 南瓜・豆腐・玉ねぎ・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ
金	8 22	牛乳 せんべい	魚のフライオーロラソースかけ 二色和え わかめスープ	魚の切り身・塩P・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ケチャップ・マヨネーズ ほうれん草・卵・油・ごま・砂糖・醤油・塩 (乾)わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・葱・醤油・みりん・煮干し・(ごま油)	ごはん	牛乳 ドーナツ
土	9 23	牛乳 クラッカー	ハヤシライス 春キャベツのスープ	牛薄切り肉・玉ねぎ・人参・にんにく・グリーンピース ハヤシライスの素・ケチャップ・トマト缶 キャベツ・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩P・鶏がら		牛乳 スティックパン
誕生会	7	牛乳 ビスケット	ちらし寿司 えびのかき揚げ 添え野菜・すまし汁	干しいたけ・ごぼう・油揚げ・かまぼこ・人参・竹の子・砂糖・醤油・ごま・砂糖・酢・塩・煮干し むきエビ・玉ねぎ・ごぼう・人参・グリーンピース・小麦粉・卵・塩・油 レタス・胡瓜・トマト・マヨネーズ / エノキ茸・花麩・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 フルーチェ・いちご味



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。

