



5月こんだてひょう



2020年 5月 清武中央こども園

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 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・ホットケーキミックス 卵・砂糖・豆乳・揚げ油)
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 クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩P・鶏がら	パン	お茶 みるくっこ (豆乳・片栗粉・きな粉・砂糖・塩)
水	13 27	牛乳 せんべい	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・フルーツゼリー (寒天・バナナ・みかん缶) クラッカー
木	14 28	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・ねぎ・人参・醤油・塩・出し昆布・かつお節	ごはん	牛乳 バナナ ビスケット
金	1 29	ヨーグルト	かぼちやのそぼろ煮 ほうれん草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・ほうれん草・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	牛乳 オレンジ せんべい
土	2 16 30	牛乳 お菓子	親子うどん 胡瓜の昆布和え 果物(みかん缶)	鶏肉・うどん・干しいたけ・人参・玉ねぎ・卵・葱 胡瓜・塩昆布 / 醤油・みりん・酒・出し汁 果物(みかん缶)		お茶 リングドーナツ
月	18	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・ローズハム・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	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・パイン缶)
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・ねぎ・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
木	7 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・スナップエンドウ / 納豆 南瓜・豆腐・玉ねぎ・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リンゴ サブレ
金	8 22	牛乳 果物(バナナ)	魚のフライオーロラスかけ 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	牛乳チーズおやき (ホットケーキミックス・卵・砂糖 牛乳・とろけるチーズ・油)
土	9 23	牛乳 お菓子	スパゲティミート 春キャベツのスープ	スパゲティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・生しいたけ・パセリ・油・ ケチャップ・味噌・砂糖・粉チーズ・(スープ) キャベツ・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩P・煮干し・(鶏がら)		お茶 スティックパン
誕生会	15	牛乳 せんべい	ちらし寿司・果物 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・人参・ピーマン・てんぷら粉・塩・油 / 錦糸卵・刻み海苔 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・みかん缶	ごはん	牛乳 ミニたい焼き



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。