



5月 こんだてひょう



令和5年 黒坂保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	8 22	牛乳 せんべい	牛肉とごぼうの炒め煮 キャベツとりんごのサラダ じゃがいもの味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・しいたけ・砂糖・醤油・みりん・ごま キャベツ・人参・りんご・砂糖・酢塩・油 じゃがいも・白菜・油揚げ・わかめ・煮干し・味噌	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ (きな粉・砂糖・塩・マカロニ)
火	9 23	牛乳 チーズ	にしき揚げ きゅうりとちくわの酢の物 おふのすまし汁	魚すり身・えび・ひじき・人参・ホールコーン・小麦粉・卵 きゅうり・ちくわ・人参・ゴマ・酢・しょうゆ・砂糖 おふ・人参・カイワレ大根・しいたけ・しょうゆ・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
水	10 24	牛乳 メロン	豆腐入りハンバーグ 添え野菜 パンプキンスープ	豚ひき肉・豆腐・おから・人参・玉ねぎ・卵・味噌・生姜汁・塩P・ キャベツ・トマト・マヨネーズ / 酒・片栗粉・油・ケチャップ・ソース・砂糖 かぼちゃ・玉ねぎ・パセリ・牛乳・塩・鶏ガラ	ごはん	お茶 おにぎり (ゆかりご飯の素)
木	11 25	ヨーグルト	肉じゃが ハムサラダ 白菜の味噌汁	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・砂糖・醤油 レタス・きゅうり・トマト・ハム・マヨネーズ 白菜・厚揚げ・ねぎ・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 オレンジ 丸ボーロ
金	26	牛乳 ビスコ	魚の香り焼き アスパラソテー もずくのすまし汁 りんご	白身切り身・白ごま・にんにく・しょうが・ねぎ・砂糖・醤油・みりん アスパラ・しめじ・ベーコン・バター・醤油・塩コショウ もずく・豆腐・人参・ねぎ・醤油・昆布・かつお節 りんご	ごはん	牛乳/ウインナーポール (ウインナー・小麦粉・卵・砂糖・豆乳・ ベーキングパウダー)
土	親子遠足 13 27	牛乳 せんべい	木の葉丼 甘酢キャベツ えのきのスープ	鶏肉・ちくわ・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・卵・砂糖・みりん・醤油 キャベツ・きゅうり・ゴマ・砂糖・酢・醤油 人参・えのき・豆腐・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ
月	1 15 29	牛乳 もも缶	豚肉とキャベツの甘辛炒め ちくわとゆかいな仲間たち 豆腐の味噌汁	豚肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・しいたけ・油・砂糖・醤油・みりん ちくわ・干切り大根・きゅうり・トマト・マヨネーズ・醤油・酢・白ごま 豆腐・わかめ・人参・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ドーナツ
火	2 16 30	牛乳 卵ボーロ	チキンカレー マカロニサラダ オレンジ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・グリーンピース・にんにく きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ / りんご・カレールー オレンジ	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
水	3 17 31	牛乳 チーズ	筑前煮 きゅうりのレモン風味和え 玉葱の味噌汁	鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・干しシイタケ・たけのこ・里芋・砂糖・醤油 きゅうり・レタス・みかん缶・砂糖・レモン汁・油 玉葱・キャベツ・しめじ・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 揚げパン (きな粉・砂糖・塩・ロールパン)
木	4 18	ヨーグルト	魚のフライオーロラソースかけ 二色和え わかめスープ	白身切り身・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・ねぎ・醤油・みりん・煮干し・(ごま油)	ごはん	牛乳 りんご かりんとう
金	5 19	牛乳 コーンフレーク	鶏肉のオープン焼き ゆで野菜 大根の味噌汁	鶏肉・塩・片栗粉・長ネギ・生姜・ごま油・醤油・酢・砂糖 キャベツ・トマト・マヨネーズ 大根・油揚げ・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 いちごゼリー/ラスク (いちごゼリーの素)
土	6 20	牛乳 クッキー	シーフードナポリタン フルーツヨーグルト	スパゲッティ・ベーコン・えび・イカ・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム 油・ケチャップ・粉チーズ・バター・コショウ ヨーグルト・もも缶・みかん缶		牛乳 バナナ
誕生会	12	飲むヨーグルト	ちらし寿司 えびのかき揚げ 添え野菜・すまし汁・いちご	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・ちりめん えび・玉ねぎ・ごぼう・人参・グリーンピース・小麦粉・卵・塩・油 ブロッコリー・トマト / えのき・人参・葱・醤油・煮干し / いちご		牛乳 ミニたい焼き



13日は親子遠足です。おやつは園より配布いたします。