



5月 こんだてひょう



令和5年5月 ななほしキッズ

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 (ミニサラダ)	牛肉とごぼうの炒め煮 キャベツとりんごのサラダ じゃがいものみそ汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま キャベツ・人参・リンゴ・砂糖・酢・塩・油 じゃが芋・白菜・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ドーナツ
火	9 23	牛乳 クッキー	にしき揚げ きゅうりとちくわの酢の物 麩のすまし汁	魚すり身・えび・ひじき・ゆで枝豆・人参・ホールコーン・小麦粉・ 胡瓜・人参・ちくわ・ごま・酢・砂糖 / 卵・味噌・醤油・油 麩・人参・貝割れ大根・生椎茸・豆腐・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
水	10 24	牛乳 コーンフレーク	豆腐入りハンバーグ 添え野菜(キャベツ・トマト) 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・酒・片栗粉・油 キャベツ・トマト・マヨネーズ /ケチャップ・ソース かぼちゃ・玉ねぎ・パセリ・牛乳・塩・鶏ガラ	パン	牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
木	11 25	牛乳 せんべい	肉じゃが ハムサラダ 白菜のみそ汁	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・油・砂糖・醤油・酒 レタス・きゅうり・トマト・ハム・マヨネーズ 白菜・人参・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
金	26	牛乳 ビスコ	魚の塩焼き ほうれん草ソテー もずくのすまし汁	甘塩鮭 ほうれん草・しめじ・ベーコン・バター・醤油・塩P もずく・豆腐・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 せんべい
土	13 27 <small>(お弁当の日)</small>	牛乳 塩せんべい	木の葉丼 甘酢キャベツ	鶏肉・ちくわ・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ねぎ・卵・ もみ海苔・砂糖・みりん・醤油 キャベツ・きゅうり・ごま・砂糖・酢・	ごはん	牛乳 バナナ クッキー
月	1 15 29	牛乳 クッキー	豚肉とキャベツの甘辛炒め ちくわとゆかいな仲間たち 豆腐のみそ汁	豚肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・生しいたけ・油・砂糖・醤油 ちくわ・千切り大根・きゅうり・トマト・マヨネーズ・醤油・酢 豆腐・乾燥わかめ・人参・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 せんべい
火	2 16 (誕) 30	牛乳 卵ボーロ	魚の塩焼き ひじきの白和え 中華スープ	甘塩鮭 ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・醤油・人参・ほうれん草・豆腐・ごま・砂糖・みりん・味噌 チンゲン菜・しめじ・玉ねぎ・人参・卵・醤油・塩・鶏ガラ・ごま油	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
水	17 31	牛乳 コーンフレーク	筑前煮 マカロニサラダ 玉ねぎのみそ汁	鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・干し椎茸・じゃがいも・ゆでたけのこ・油・砂糖・醤油・みりん ローズハム・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・レタス・ツナ 玉ねぎ・キャベツ・しめじ・人参・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 丸ボーロ
木	18	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 みるくパン しおパン
金	19	牛乳 ココナッツサブシ	鶏肉のオープン焼き(ねぎソースがけ) 二色野菜 大根のみそ汁	鶏肉・塩・片栗粉・ねぎ・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・ゼリー (アガー・砂糖・みかん缶 ぶどうジュース)
土	6 20	牛乳 クッキー	シーフードナポリタンスパゲッティ えのきのスープ	スパゲッティ・ベーコン・むき海老・いか・玉ねぎ・人参・ピーマン・ しめじ・油・バター・ケチャップ・粉チーズ えのきだけ・人参・豆腐・ねぎ・醤油・煮干し		牛乳 バームクーヘン
金	12	牛乳 ビスケット	わかめご飯 から揚げ ウインナー 野菜サラダ 野菜スープ オレンジ	わかめご飯の素 / 鶏肉・塩P・揚げ油・片栗粉 / ウインナー きゅうり・トマト・レタス・マヨネーズ キャベツ・玉ねぎ・人参・鶏ガラ / オレンジ	ごはん	牛乳 プリン



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。 27日はお弁当の日です。

