

日	曜日	料理名	ざいりょう				乳児朝おやつ	
			赤：血や肉になるもの	緑：からだの調子を整えるもの	黄：かや体温となるもの	その他	乳幼児午後おやつ	
			魚類・肉類・豆類 乳類・卵類	野菜類・藻類 くだもの類	穀類・油脂類 砂糖類・いも類			
1	15/29	水	・ホワイトブレッド ・コンソメスープ ・じゃがいもミート焼き ・フレンチサラダ ・オレンジ	豚ひき肉 チーズ ヨーグルト	コーン、もやし、玉ねぎ 春キャベツ、人参、トマト オレンジ いちごジャム、バナナ	ホワイトブレッド じゃがいも 上白糖	コンソメ 醤油、酢 ケチャップ	・牛乳 ・ビスケット ・麦茶 ・せんべい ・いちごバナナヨーグルト
☆	16/30	木	・ごはん ・けんちん汁 ・鶏の味噌漬け焼き ・納豆和え ・ピンクグレープフルーツ	豆腐、かつお節 鶏肉、味噌 納豆 牛乳	ごぼう、人参、長ネギ しょうが、ほうれん草 コーン グレープフルーツ	胚芽米、上白糖 じゃがいも コーンフレーク マシュマロ、バター	醤油 みりん 料理酒	・牛乳 ・せんべい ・牛乳 ・コーンフレーククリスピー
祝	17/31	金	・なす味噌炒め丼 ・わかめスープ ・竹輪ともやしの塩昆布和え ・パイナップル	豚肉、味噌 ちくわ 牛乳	わかめ、塩昆布、なす 人参、ピーマン コーン、もやし、きゅうり パイン、のり	胚芽米、雑穀米 ごま油、上白糖 ホットケーキミックス バター	醤油 鶏がらスープ	・牛乳 ・クラッカー ・牛乳 ・ブレンスコーン
祝	18	土	・ごはん ・すまし汁 ・鶏肉と白菜の塩炒め ・ブロッコリーコーン和え ・バナナ	かつお節 鶏肉 牛乳	筍、白菜、玉ねぎ 人参、ブロッコリー コーン、バナナ	胚芽米、麩 サラダ油、片栗粉 上白糖、ごま さつまいも	醤油、塩 鶏がらスープ みりん、酢	・麦茶 ・ボーロ ・牛乳 ・ふかしさつまいも
祝	20	月	・シャージャーうどん ・中華スープ ・ツナと小松菜のマヨサラダ ・りんご	豚ひき肉 味噌、ツナ かつお節 牛乳	あおさ、玉ねぎ、人参 しめじ、にんにく、しょうが コーン、大根、小松菜 りんご、キャベツ、長ネギ	うどん、ごま油 サラダ油、上白糖 片栗粉、マヨネーズ	醤油、酢 鶏がらスープ 中濃ソース	・牛乳 ・クラッカー ・牛乳 ・お好み焼き
7	21	火	・ごはん ・みそ汁 ・鮭の照りマヨ焼き ・高野豆腐とひじきの煮物 ・オレンジ	かつお節、味噌 鮭、高野豆腐 牛乳	わかめ、ひじき 人参、いんげん オレンジ	胚芽米、麩 マヨネーズ 上白糖、クラッカー マシュマロ	醤油 みりん	・牛乳 ・ビスケット ・牛乳 ・スモア
8	22	水	・ライ麦パン ・コンソメスープ ・鶏肉のマーメレード焼き ・キャベツのベーコン和え ・バナナ	鶏肉 ベーコン 牛乳	玉ねぎ、しめじ オレンジマーメレード キャベツ、人参、コーン バナナ	ライ麦パン 胚芽米、ごま 上白糖	コンソメ 醤油、酢 料理酒	・牛乳 ・せんべい ・牛乳 ・おにぎり
9	23	木	・ごはん ・すまし汁 ・サバのごまみそ焼き ・ほうれん草の白和え ・ピンクグレープフルーツ	かつお節、味噌 サバ、豆腐 牛乳	筍、三つ葉 ほうれん草、人参 グレープフルーツ いちごジャム	胚芽米、ごま 上白糖、食パン	醤油、塩 みりん	・牛乳 ・ボーロ ・牛乳 ・ジャムサンド
10	24	金	・豚肉とアスパラのトマトスパ ・コンソメスープ ・ブロッコリーサラダ ・パイナップル	豚肉 ツナ 牛乳	アスパラ、人参 トマト、えのき、コーン ブロッコリー パイン	スパゲティ、サラダ油 じゃがいも、上白糖 麩、バター	ケチャップ 中濃ソース コンソメ 醤油、酢	・牛乳 ・ビスケット ・牛乳 ・お麩ラスク
11	25	土	・ごはん ・みそ汁 ・酢鶏 ・チンゲン菜のナムル ・オレンジ	鶏肉 牛乳 かつお節、味噌	長ネギ、しめじ、玉ねぎ 人参、ピーマン、筍 チンゲン菜、切干大根 コーン、オレンジ	胚芽米、ごま油 サラダ油、上白糖 片栗粉、じゃがいも	鶏がらスープ ケチャップ 醤油、酢	・麦茶 ・せんべい ・牛乳 ・ゼリー ・ウエハース
13	27	月	・ごはん ・みそ汁 ・鶏肉と大根の炊き合わせ ・小松菜のじゃこおかか和え ・パイナップル	かつお節、味噌 鶏肉、厚揚げ しらす きなこ、牛乳	わかめ、大根、人参 小松菜、パイン	胚芽米、麩 上白糖、ごま マカロニ	醤油、酢 みりん	・牛乳 ・クラッカー ・牛乳 ・黒ゴマきなこマカロニ
14	28	火	・ごはん ・中華スープ ・カレイの甘酢きのこあん ・春雨彩りサラダ ・バナナ	カレイ かにかま 牛乳	ほうれん草、もやし えのき、しめじ きゅうり、人参 バナナ	胚芽米、上白糖 片栗粉、はるさめ ごま油、小麦粉 食パン、バター	鶏がらスープ 醤油、酢 塩	・牛乳 ・せんべい ・牛乳 ・メロンパントースト

栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	カルシウム
幼児	503kcal	21.8g	237mg
乳児	465kcal	19.1g	246mg



※今月は今年度初めて
【ピンクグレープフルーツ】
(9.16.23.30日)を提供します。
それまでに一度ご家庭で
試しておいて下さい。

こどもの日
お子様ランチメニュー
5/2(木)
こいのぼりオムライス
コーンクリームスープ
ツナとブロッコリーのパスタ
メロン
おやつ
牛乳
マドレーヌ

たんぼほ組の給食について
当園ではカレー粉、ターメリック、揚げ物
マシュマロ、生クリームは
1歳6か月未満のお子様には提供をしておりません。
誤配食を防ぐため、たんぼほ組のすべてのお子様
が1歳6か月を過ぎるまでは代替食での提供となります。
尚、たんぼほ組から提供開始の食品
(雑穀米、押麦、ライ麦パン、グレープフルーツ、
パイナップルなど)は提供いたします。
ご家庭で未摂取の場合は除去対応いたしますので
担任までお声かけください。
皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

栄養士 古寺

☆材料の都合により献立を変更することがあります