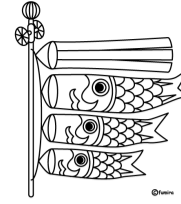


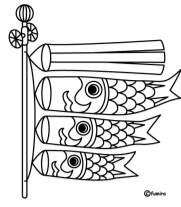
5月分献立表



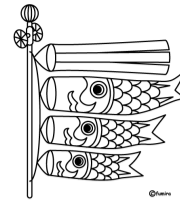
行田保育園

日付	曜日	お昼の献立	主に使用した食材	3歳未満児		3歳以上児		主に使用した食材	総熱量	
				おやつ					未満児	以上児
				10時	3時					
1	火	5分つきコシヒカリごはん 豆腐ハンバーグ 小松菜と卵のソテー 大根サラダ かぼちゃと三つ葉のスープ	米/鶏と豚の合挽肉・玉ねぎ・豆腐・スキムミルク/冷凍小松菜・鶏卵/大根・きゅうり・人参・かにかまぼこ/かぼちゃ・三つ葉・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク 柏	純水 餅	柏餅/スキムミルク・純水	531kcal 542kcal		
7	月	5分つきコシヒカリごはん うずらの卵の炒め物 青のり納豆 もやしとわかめの酢の物 大根とほうれん草の味噌汁	米/うずらの卵缶・玉ねぎ・人参・干し椎茸・きくらげ・ピーマン/納豆・青のり/もやし・わかめ/大根・ほうれん草・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク じゃがバター	麦茶	じゃがいも・マーガリン・食塩/麦茶ティーバック・スキムミルク・純水	535kcal 544kcal		
8	火	5分つきコシヒカリごはん 鶏の南蛮漬け ひじきの煮物 ほうれん草と人参の和え物 春キャベツとにらの清し汁	米/鶏胸肉・人参・あさつき/ひじき・人参・油揚げ・こんにゃく/ほうれん草・人参/春キャベツ・にら・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク マカロニあべかわ	純水	マカロニ・きなこ・砂糖・スキムミルク/純水	529kcal 538kcal		
9	水	5分つきコシヒカリごはん 豚の生姜焼き じゃがいもの金平風 枝豆とひじきの白和え 大根ときくらげの味噌汁	米/豚こま肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・生姜/じゃがいも・さつま揚げ・ピーマン/ひじき・枝豆・人参・豆腐・白ごま/大根・きくらげ・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク にらせんべい	麦茶	小麦粉・にら・味噌・スキムミルク/麦茶ティーバック・純水	532kcal 540kcal		
10	木	5分つきコシヒカリごはん 南瓜と挽肉の重ね焼き ほうれん草とエリンギのソテー スティック野菜 かぶと椎茸のスープ	米/鶏胸挽肉・南瓜・玉ねぎ/ほうれん草・エリンギ/大根・きゅうり/かぶ・椎茸・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク オレンジゼリー	純水	オレンジジュース・ゼラチン・砂糖/スキムミルク・純水	531kcal 542kcal		
11	金	5分つきコシヒカリごはん かじきの味噌焼き いんげんとコーンの炒め物 大根の漬物 じゃがいもとにら味噌汁	米/かじき味噌漬け/いんげん・コーン/大根・大根の葉・人参/じゃがいも・にら・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク ピザトースト	麦茶	食パン・玉ねぎ・ピーマン・コーン・グラタンチーズ・ケチャップ/スキムミルク・麦茶ティーバック・純水	535kcal 544kcal		
14	月	5分つきコシヒカリごはん 五目野菜炒め 南瓜の煮物 ほうれん草のおかか和え はんぺんと椎茸の清し汁	米/豚こま肉・春キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・にら/南瓜・いんげん/ほうれん草・かつお節/はんぺん・椎茸・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク ココアブラウニー	純水	小麦粉・マーガリン・鶏卵・砂糖・ココア・くるみ・ベーキングパウダー・スキムミルク/純水	529kcal 538kcal		
15	火	5分つきコシヒカリごはん 新玉ねぎと三つ葉の卵とじ 筑前煮 春キャベツの酢味噌和え じゃがいもとなめこの味噌汁	米/高野豆腐・玉ねぎ・鶏卵・三つ葉・人参・椎茸/鶏胸肉・人参・蓮根・ごぼう・こんにゃく/春キャベツ・わかめ/じゃがいも・なめこ・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク きのこスパゲティ	麦茶	スパゲティ・しめじ・えのき・玉ねぎ・コーン・あさつき・塩・胡椒/スキムミルク・麦茶ティーバック・純水	535kcal 544kcal		
16	水	5分つきコシヒカリごはん 鶏肉のオープン焼き チリコンカン 大根のレモン風味 春キャベツとにらのスープ	米/鶏胸肉・にんにく・生姜/大豆・玉ねぎ・人参・ベーコン・トマト缶/大根・大根の葉・レモン/春キャベツ・にら・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	飲むヨーグルト 蒸しパン		ホットケーキミックス粉・レーズン/手作りヨーグルト・スキムミルク・純水	529kcal 538kcal		
17	木	5分つきコシヒカリごはん ひじきのつくね焼き 春キャベツと桜えびの炒め物 もやしの胡麻酢和え 大根と三つ葉の味噌汁	米/鶏胸挽肉・ひじき・豆腐・おから・人参・長ねぎ・干し椎茸/春キャベツ・桜えび/もやし・きゅうり・人参・油揚げ・白ごま/大根・三つ葉・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク 炒り小魚	純水	かたくちいわし・アーモンドスライス・白ごま・砂糖・みりん・醤油・ごま油/スキムミルク・純水	531kcal 542kcal		

栄養士 吉羽 梅澤



5月分献立表



行田保育園

日付	曜日	お昼の献立	主に使用した食材	3歳未満児		3歳以上児		主に使用した食材	総熱量	
				おやつ					未満児	以上児
				10時	3時					
18	金	5分つきコシヒカリごはん ハヤシライス ジャーマンポテト 和風サラダ アスパラと卵のスープ	米/豚こま肉・玉ねぎ・人参・スキムミルク/じゃがいも・ベーコン・パセリ/ほうれん草・人参・コーン/アスパラ・鶏卵・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	麦茶	人参入り甘食	小麦粉・鶏卵・砂糖・人参・コンデンスミルク・マーガリン・ベーキングパウダー・重曹/スキムミルク・麦茶ティーバック・純水	531kcal 542kcal	
21	月	菜めし 炒り豆腐 じゃがいものそぼろあんかけ ほうれん草の胡麻和え 大根となめこの味噌汁	米・ほうれん草/豆腐・鶏卵・人参・長ねぎ・干し椎茸・三つ葉・スキムミルク/じゃがいも・鶏胸挽肉・きぬさや/ほうれん草・白ごま/大根・なめこ・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	純水	ナポリタン	スパゲティ・人参・玉ねぎ・ピーマン・コーン・ケチャップ/スキムミルク・純水	535kcal 544kcal	
22	火	5分つきコシヒカリごはん さつま揚げ柳川風 じゃがいものごま味噌和え 春キャベツのお浸し 大根ときくらげの清し汁	米/さつま揚げ・鶏卵・長ねぎ・人参・ごぼう・三つ葉/じゃがいも・黒ごま/春キャベツ・かつお節/大根・きくらげ・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	麦茶	バナナマフィン	小麦粉・砂糖・鶏卵・マーガリン・くるみ・バナナ・ベーキングパウダー・重曹・スキムミルク/麦茶ティーバック・純水	529kcal 538kcal	
23	水	5分つきコシヒカリごはん じゃがいものグラタン ほうれん草とベーコンのソテー ごぼうのサラダ 春キャベツと椎茸のスープ	米/マカロニ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・グラタンチーズ/ほうれん草・ベーコン/ごぼう・人参/春キャベツ・椎茸・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	純水	五平餅	白玉粉・小麦粉・味噌・砂糖・みりん・白ごま・スキムミルク/純水	532kcal 540kcal	
24	木	5分つきコシヒカリごはん 鶏の照り焼き 卵の花炒り もやしときゅうりの酢の物 大根と油揚げの清し汁	米/鶏胸肉/おから・竹輪・人参・長ねぎ/もやし・きゅうり/大根・油揚げ・玉ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	麦茶	ポテトフライ	じゃがいも・塩・サラダ油/スキムミルク・麦茶ティーバック・純水	531kcal 542kcal	
25	金	こいのぼりオムライス ほうれん草とウインナーのソテー ごぼうのマリネ ひごいのスープ	米・鶏卵・鶏胸挽肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン・ミニトマト/ほうれん草・ウインナー/ごぼう・人参・きくらげ・白ごま/さつまいも・春キャベツ・ベーコン・人参・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	純水	きなこラスク	フランスパン・きなこ・砂糖/スキムミルク・純水	529kcal 538kcal	
28	月	5分つきコシヒカリごはん 豚肉と春キャベツの味噌炒め 大根とさつま揚げの煮物 かぶの酢の物 豆腐と三つ葉の清し汁	米/豚こま肉・春キャベツ・玉ねぎ・人参/大根・さつま揚げ・あさつき/かぶ・かぶの葉/豆腐・三つ葉・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	麦茶	ポップコーン	ポップコーン・塩・胡椒/スキムミルク・麦茶ティーバック・純水	535kcal 544kcal	
29	火	5分つきコシヒカリごはん 酢鶏 春雨の中華サラダ ほうれん草のナムル 春キャベツとわかめのスープ	米/鶏胸肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干し椎茸/鶏卵・春雨・きゅうり・人参・スキムミルク/ほうれん草・もやし・黒ごま/春キャベツ・わかめ・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	純水	プリン	鶏卵・砂糖・バニラエッセンス・スキムミルク/純水	529kcal 538kcal	
30	水	5分つきコシヒカリごはん 肉団子の野菜あんかけ きんぴらごぼう ブロッコリーのお浸し ほうれん草と麩の味噌汁	米/鶏胸挽肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・もやし・スキムミルク/ごぼう・人参・白ごま/ブロッコリー・かつお節/ほうれん草・麩・長ねぎ/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	麦茶	お好み焼き	小麦粉・春キャベツ・切りいか・干しえび・中濃ソース・青のり・スキムミルク/麦茶ティーバック・純水	531kcal 542kcal	
31	木	きつねうどん 鶏肉の南部焼き じゃがいもの炒め物 ほうれん草のお浸し	冷凍さぬきうどん・人参・長ねぎ・油揚げ/鶏胸肉・黒ごま/じゃがいも・ピーマン・玉ねぎ/ほうれん草・かつお節/純水	スキムミルク お菓子	スキムミルク	純水	ココア蒸しパン	ホットケーキミックス粉・ココア・スキムミルク/純水	535kcal 544kcal	

栄養士 吉羽 梅澤

注) 献立は都合により変更をする場合があります。リクエストがございましたら、お気軽に声をお掛け下さい。
 純水とは不純物が入らずミネラルを加えた水を使用しています。
 ☆ 今月の地元野菜は『ほうれん草』『南瓜』『春キャベツ』『ブロッコリー』『長ねぎ』『大根』になります。