

2023年度5月 予定献立表

ののかぜ保育園

	1.15.29日(月)	2.16.30日(火)	17.31日(水)	18日(木)	19日(金)	6.20日(土)
昼食	ごはん 米 40 ねぎだれから揚げ 鶏もも肉 50 ねぎ 3 醤油、塩、米粉 米油、ごま油 ゆかりあえ キャベツ 30 にんじん 5 ゆかり 塩 味噌汁 新玉ねぎ 10 えのき 5 わかめ 1 味噌、だし	ごはん 米 40 ごま焼き あじ 35 ごま 0.3 醤油、砂糖 塩、米油、だし おなか和え ほうれん草 20 にんじん 5 かつお節 0.1 醤油 春雨スープ 鶏ひき肉 5 春雨 1 にんじん 7 新玉ねぎ 7 にら 2 醤油、塩、だし 片栗粉	ごはん 米 40 てりやきつくね 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 おから 20 玉ねぎ 20 にんじん 15 しいたけ 3 ねぎ 3 しょうが 0.2 ひじき 30 醤油、片栗粉、砂糖 塩 オープン焼き じゃがいも 30 そら豆 10 塩、油 味噌汁 なめこ 8 白菜 8 みつば 2 豆腐 5 味噌、だし	あんかけうどん 米麺 20 豚肉 30 キャベツ 10 白菜 10 玉ねぎ 10 にんじん 8 しめじ 5 だし、醤油、塩 片栗粉 ゆかりおにぎり 米 25 ゆかり、塩 おなか和え オクラ 10 キャベツ 10 にんじん 5 かつお節 醤油	ゆうやけごはん 米 45 にんじん 10 だし、醤油、塩 オーロラ焼き 鯛 35 マヨドレ 1 ケチャップ 1 レモン汁、砂糖、塩 ごまあえ 小松菜 20 切干大根 1 にんじん 5 すりごま 醤油、砂糖 味噌汁 新玉ねぎ 10 油揚げ 5 わかめ 1 みそ、だし	塩おにぎり 米 40 塩 鶏の照り焼き 鶏もも肉 50 醤油、砂糖 片栗粉 おなかあえ キャベツ 25 にんじん 5 かつお節 醤油 味噌汁 大根 10 えのき 7 みそ、だし
	おやつ	抹茶ういろう 上新粉 15 片栗粉 5 白玉粉 3 砂糖 2 抹茶 0.2 果物 25 牛乳 100	五平餅 米 30 さといも 10 味噌、砂糖、醤油 ごま、だし 果物 25 牛乳 100	ごま蒸しパン 米粉 20 黒ごま 0.5 砂糖 5 BP 0.9 油 0.5 豆乳 25 果物 25 牛乳 100	フライドポテト じゃがいも 60 青のり、油、塩 果物 25 牛乳 100	かぼちゃもち かぼちゃ 10 米粉 15 砂糖 4 油 0.5 きなこ 塩 果物 25 牛乳 100

	8.22日(月)	9.23日(火)	10.24日(水)	11.25日(木)	12.26日(金)	13.27日(土)
昼食	ごはん 米 40 鶏のみそ焼き 鶏もも肉 50 醤油、砂糖、片栗粉 豆味噌、油、だし しらす和え ブロッコリー 20 にんじん 5 コーン 3 しらす 1 醤油、塩、だし 若竹汁 たけのこ 5 わかめ 1 絹さや 1 醤油、塩、だし	黄飯(おうはん)9日 米 40 黒豆 3 くちなし、塩、砂糖 こいのぼりハンバーグ かわい照り焼き(23日) 豚鶏ひき肉 35 玉ねぎ 20 にんじん 10 醤油、塩、片栗粉 のりあえ キャベツ 30 にんじん 5 のり 0.2 醤油、塩 のっぺい汁 大根 10 さといも 7 にんじん 7 鶏もも肉 5 こんにゃく 5 スナッペンどう 醤油、塩、だし 片栗粉	ジャージャー丼 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 15 しいたけ 3 にら 3 ねぎ 3 しょうが 0.2 だし、醤油、赤味噌 砂糖、片栗粉 オープン焼き じゃがいも 20 アスパラ 5 油、塩 醤油、塩、だし スープ 豆腐 10 もやし 5 ねぎ 2 醤油、塩、だし	ハヤシライス 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 30 にんじん 15 じゃがいも 20 味噌、醤油、砂糖 ケチャップ、塩 片栗粉、米油 おからサラダ おから 8 ツナ 2 きゅうり 8 にんじん 10 コーン 5 マヨドレ、塩 すまし汁 キャベツ 7 えのき 5 醤油、塩、だし	梅ごはん 米 45 梅干し 2 鮭の塩焼き 鮭 35 塩 きんぴらごぼう ごぼう 20 にんじん 7 いんげん 2 醤油、砂糖、だし 油 味噌汁 大根 10 玉ねぎ 5 わかめ 1 みそ、だし	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 ねぎ 3 にら 3 醤油、塩 おなかあえ ブロッコリー 20 にんじん 5 鯉節 3 醤油、塩 スープ なめこ 7 わかめ 1 醤油、塩
	おやつ	ちまき(8日) ういろう(22日) 上新粉 15 片栗粉 5 砂糖 5 果物 25 牛乳 100	わらびもち わらび餅粉 20 砂糖 3 きなこ 2 砂糖、塩 果物 25 牛乳 100	ココア蒸しパン 米粉 20 ココア 1 砂糖 5 BP 1 油 1 豆乳 25 果物 25 牛乳 100	かぼちゃスコーン かぼちゃ 15 米粉 10 片栗粉 5 おから 7 BP 1 砂糖 4 油 4 果物 25 牛乳 100	やきおにぎり 米 30 醤油、油 果物 25 牛乳 100

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。