

2022年度5月 予定献立表

ののかぜ保育園

	2.16.30日(月)	17.31日(火)	18日(水)	19日(木)	6.20日(金)	7.21日(土)
昼食	梅ごはん 米 45 梅干し 2	ごはん 米 40	チャーシュー丼 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 5 にら 3 ねぎ 3 しょうが 0.2	あんかけうどん 米麺 30 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	ごはん 米 40	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 油、だし	さわらのごま焼き さわら 35 ごま 0.3 醤油、砂糖 塩、米油、だし			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	かれのいの照り焼き かれのい 35 醤油、砂糖
	のりあえ キャベツ 30 にんじん 5 のり 0.2 醤油、塩	ひじき大豆煮 ひじき 1 大豆 2 油揚げ 3 醤油、砂糖、だし汁		ひじきサラダ ひじき 1 コーン 5	オープン焼き じゃがいも 30 塩、油	おかかあえ キャベツ 25 にんじん 5 かつお節 醤油
	若竹汁 たけのこ 5 わかめ 1 絹さや 1 醤油、塩、だし	もみうり きゅうり 20 塩	しらす和え ブロッコリー 20 コーン 5 しらす 1 醤油、塩、だし	オープン焼き かぼちゃ 30 塩、油	アスパラベーコン アスパラ 15 ベーコン 2 塩、油	味噌汁 大根 10 えのき 7 みそ、だし
		味噌汁 なめこ 8 白菜 8 みつば 2 味噌、だし	スープ 豆腐 10 もやし 5 ねぎ 2 醤油、塩、だし		スープ 新玉ねぎ 10 にんじん 5 醤油、塩、だし	
おやつ	コーンブレッド 米粉 10 コーンミール 10 BP 0.9 砂糖 5 豆乳 25 油 1	フライドポテト じゃがいも 60 青のり、油、塩	抹茶蒸しパン 米粉 20 抹茶 0.2 砂糖 5 BP 0.9 油 0.5 豆乳 25	五平餅 米 30 さといも 10 味噌、砂糖、醤油 ごま、だし	米粉パン&ジャム バン用米粉 20 砂糖 2 イースト 0.3 塩 0.3 油 1 ジャム 3	黒糖きなこおしパン 米粉 20 きなこ 1 砂糖 3 黒糖 2 BP 0.9 油 0.5 豆乳 25
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100

	9.23日(月)	10.24日(火)	11.25日(水)	12.26日(木)	13.27日(金)	14.28日(土)	
昼食	ごはん 米 40	黄飯(おうはん) 10日 米 40 黒豆 1 くちなし、塩、砂糖	ごはん 米 40	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	ゆうやけごはん 米 45 にんじん 10 だし、醤油、塩	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	
	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	かつおの童田揚げ かつお 30 しょうが 0.1 醤油、塩、米油 米粉、片栗粉	みそ炒め 豚肉 35 キャベツ 35 にんじん 7 赤味噌、醤油、砂糖 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	鮭の塩焼き 鮭 35 塩	きんぴらごぼう ごぼう 20	おかかあえ ブロッコリー 20 にんじん 7 いんげん 2 にんじん 3 醤油、塩
	煮物 にんじん 15 大根 15 いんげん 2 だし、醤油、砂糖	おかか和え ほうれん草 20 にんじん 5 かつお節 0.1	オープン焼き じゃがいも 30 そら豆 10 塩、油				
	のりあえ キャベツ 20 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 スナッペンとう 醤油、塩、だし 片栗粉	春雨スープ 鶏ひき肉 5 春雨 1 新玉ねぎ 7 白菜 7 にら 2 醤油、塩、だし 片栗粉	すまし汁 キャベツ 7 しめじ 5 豆腐 7 醤油、塩、だし	味噌汁 じゃがいも 10 玉ねぎ 5 わかめ 1 みそ、だし	スープ なめこ 7 わかめ 1 ねぎ 2 醤油、塩	
	味噌汁 新玉ねぎ 10 えのき 5 わかめ 1 味噌、だし						
おやつ	わらびもち わらび餅粉 20 砂糖 3 きなこ 2 砂糖、塩	ちまき(10日) ういろ(24日) 上新粉 15 片栗粉 5 砂糖 5	ココア蒸しパン 米粉 20 ココア 1 砂糖 5 BP 1 油 1 豆乳 25	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	やきおにぎり 米 30 醤油、油	ホットケーキ 米粉 20 砂糖 5 BP 0.9 豆乳 25 油 1	
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	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。