



# 予定献立表

今月の平均カロリーー404 kcal

たんぱく質15.5g 脂質18.0g

(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

平成31年度  
5月号  
すぎのこ保育園

新メニュー★ 手作りおやつ

	献立名	未満児主食	離乳食	材 料	名	お や つ	
1 水	退位の日						
2 木	祝日						
3 金	憲法記念日						
4 土	みどりの日						
5 日	振替休日						
6 月							
7 火	牛肉コロッケ 大根サラダ トマト モロヘイヤスープ ゼリー	ごはん	大根だし煮 トロトロトマト	コロッケ 大根 人参 きゅうり トマト しらす 玉ねぎ モロヘイヤ 卵 ゼリー	前 後	飲むヨーグルト プリン	
8 水	カルボナーラ コーンサラダ 野菜スープ いちご	パタースティック	キャベツスープ煮 人参甘煮	スパゲッティ ベーコン ピーマン レタス きゅうり コーン缶 人参 カニカマ 白菜 いちご	前 後	牛乳 マミー クリームコンフェ	
9 木	豚生姜焼き 温サラダ なめこ汁 グレープフルーツ	ごはん	人参スープ煮 トロロ豆腐	豚肉 キャベツ 人参 ピーマン なめこ 豆腐 グレープフルーツ	前 後	牛乳 牛乳 ホットケーキ♪	
10 金	ほうれん草カレー 福神漬 大根スープ バナナ	カレーライス	マッシュポテト 大根スープ煮	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 大根 バナナ	前 後	ヤクルト 麦茶 おやき♪	
11 土	お弁当交流DAY	チャーハン	ブロッコリーだし煮 ほうれん草豆腐がけ	じゃがいも 卵 レタス キャベツ ブロッコリー 豆腐 みかん缶 ハム ナルト	前 後	牛乳 チーズ おかし	
13 月	豆腐ステーキ 切干サラダ ワカメじゃがいも汁 キウイフルーツ	ごはん	ワカメツナ和え じゃがいも甘煮	豆腐 豚肉 えのき 舞茸 切干大根 きゅうり ツナ缶 ワカメ じゃがいも キウイフルーツ	前 後	牛乳 牛乳 今川焼	
14 火	鮭ちゃんちゃん焼き おひたし せんべい汁 黄桃缶	ごはん	鮭トロロ煮 ほうれん草だし煮	鮭 キャベツ しめじ ピーマン ほうれん草 人参 鶏肉 汁煎餅 黄桃缶	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 フレンチトースト♪	
15 水	春の遠足  全員お弁当の日になります					前 後	牛乳 リンゴジュース おかし
16 木	八宝菜 ひじきゴマ酢和え 中華スープ パイナップル	ごはん	鶏肉やわらか煮 ひじき豆腐和え	人参 白菜 ハム ひじき いんげん ちくわ 鶏肉 卵 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 パイナップル	前 後	牛乳 牛乳 レーズン蒸しパン♪	
17 金	ビーフカレー 福神漬 たっぷりコーンスープ グレープフルーツ	カレーライス	肉じゃが風 玉ねぎだし煮	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 福神漬 卵 コーン缶 小松菜 グレープフルーツ	前 後	ヤクルト ぶどうゼリー	
18 土	春巻 キャベツもみ タンメン みかん缶	ごまおにぎり	キャベツスープ煮 人参だし煮	春巻 キャベツ 塩昆布 中華麺 もやし 人参 たら ナルト みかん缶	前 後	牛乳 チーズ おかし	
20 月	親子煮 いんげんごま和え 肉団子 ワカメ汁 いちご	親子丼	鶏肉トロロ煮 中華豆腐	鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 卵 いんげん 肉団子 ワカメ 豆腐 いちご	前 後	牛乳 牛乳 チョコパイ	
21 火	さばごまフライ 生野菜 オレンジ しめじ味噌汁 人参シリシリ	ごはん	きゅうりだし煮 人参ツナ和え	さば レタス きゅうり 人参 ツナ缶 しめじ 豆腐 ねぎ オレンジ	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 ミニドック	
22 水	ミートスパゲッティ 三色温野菜 ふわふわスープ パイナップル	ジャムサンド	ブロッコリースープ煮 じゃがいも甘煮	スパゲッティ ミートソース ブロッコリー カリフラワー じゃがいも ベーコン パイナップル	前 後	牛乳 麦茶 おにぎり♪	
23 木	牛肉新玉カレー炒め 春雨サラダ ほうれん草味噌汁 キウイフルーツ	ごはん	玉ねぎ甘煮 春雨ほうれん草和え	牛肉 玉ねぎ 春雨 きゅうり ハム コーン缶 ほうれん草 豆腐 板麩 キウイフルーツ	前 後	牛乳 ヨーグルト	
24 金	ハヤシライス 福神漬 バナナ ワカメ玉子スープ コロコロサラダ	ハヤシライス	さつまいもマッシュ 鶏肉やわらか煮	人参 玉ねぎ じゃがいも 牛肉 福神漬 さつまいも ワカメ 鶏肉 卵 バナナ	前 後	ヤクルト 牛乳 コーンドーナツ♪	
25 土	鶏肉フリッター ごぼうサラダ けんちんうどん フルーチェ	鮭おにぎり	人参スープ煮 くたくうどん	鶏肉 人参 ごぼう しいたけ 油揚げ うどん フルーチェ	前 後	牛乳 チーズ おかし	
27 月	バラ焼き 生野菜 佃煮 しめじかき玉汁 オレンジ	ごはん	キャベツきゅうり和え 鶏肉玉ねぎ煮	牛肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり のり佃煮 しめじ 卵 鶏肉 オレンジ	前 後	牛乳 牛乳 チーズドック	
28 火	たらのケチャップあんかけ ナムル 肉団子スープ パイン缶	ごはん	たらだし煮 ほうれん草煮	たら 人参 玉ねぎ いんげん もやし ほうれん草 キャベツ 豚肉 パイン缶	前 後	飲むヨーグルト りんごゼリー	
29 水	【誕生会】ヒレカツ サラダ チーズ ベーコンスープ いもスティック ゼリー	パン各種	ブロッコリートマト煮 さつま芋甘煮	豚肉 ブロッコリー トマト コーン缶 チーズ ベーコン 白菜 春雨 さつまいも パン ゼリー	前 後	牛乳 カルピス デコロール	
30 木	カルシウム納豆 チャプチェ アスパラサラダ 豚キャベ汁 グレープフルーツ	納豆ごはん	小松菜しらす和え ひじき納豆	納豆 小松菜 ひじき しらす 豚肉 人参 ピーマン アスパラ キャベツ グレープフルーツ	前 後	牛乳 牛乳 ウィンナーロール♪	
31 金	きのかカレー 福神漬 スティックサラダ 白菜スープ キウイフルーツ	カレーライス	肉じゃが風 白菜だし煮	しめじ 人参 玉ねぎ じゃがいも 福神漬 きゅうり ベーコン 白菜 ほうれん草 キウイフルーツ	前 後	ヤクルト 牛乳 ミニピザ♪	