

平成27年

5月献立表

うづらこども園

| | 11・25 月 | 12・26 火 | 13・27 水 | 14・28 木 | 1・15・29 金 | 2・16・30 土 |
|-------|--|---|--|--|---|---|
| 昼食 | <p>【胚芽ご飯】 胚芽米 押麦</p> <p>【生揚げの中華五目煮】 厚揚げ 豚肉(もも) えび(むき身) にんじん チンゲンサイ たまねぎ ごま油 しょうが 中華だしの素 しょうゆ 食塩 オイスターソース 片栗粉 ごま油</p> <p>【煮豆】 金時豆 砂糖 しょうゆ</p> <p>【かき玉スープ】 はるさめ えのきたけ たまねぎ わかめ(乾) ねぎ 卵 片栗粉 食塩 かつお節</p> | <p>【ソース焼きそば】 中華そば 豚肉(ばら) いか にんじん たまねぎ もやし にら キャベツ 油 ウスターソース</p> <p>【かぼちゃと鶏肉サラダ】 かぼちゃ セロリー 鶏ささ身 ボン酢 マヨネーズ</p> <p>【とろろ汁】 絹ごし豆腐 とろろこんぶ しめじ ねぎ かつお節 食塩</p> | <p>【サンドイッチ】 食パン ツナ油漬缶 にんじん コーン(冷凍) じゃがいも スナップえんどう 卵 マヨネーズ</p> <p>【バナナ】 バナナ</p> <p>【ミネストローネ】 ベーコン だいず(乾) マカロニ たまねぎ にんじん キャベツ だいこん セロリー しめじ ホールトマト缶詰 にんにく コンソメ 食塩</p> | <p>【散らし寿司】 米 高野豆腐 卵 ツナ油漬缶 かにかまぼこ にんじん れんこん さやえんどう 砂糖 食塩 酢</p> <p>【木の芽あえ】 じゃがいも いか きゅうり にんじん 板こんにやく ほうれんそう 木の芽 白みそ 酢</p> <p>【すまし汁】 絹ごし豆腐 わかめ(乾) みつば かつお節 食塩 焼ふ</p> | <p>【胚芽ご飯】 胚芽米 押麦</p> <p>【梅風味天ぷら】 ホキ ねり梅 花かつお 小麦粉 油</p> <p>【胡麻酢和え】 切り干しだいこん にんじん きくらげ ハム 卵 みつば ごま 砂糖 酢 食塩</p> <p>【豚汁】 豚肉(ばら) にんじん だいこん ごぼう さといも しめじ もやし 板こんにやく ねぎ 米みそ(淡色辛みそ)</p> | <p>【三色丼】 胚芽米 押麦 さば(味付缶) かつお節 卵 にんじん しょうゆ みりん 砂糖 食塩</p> <p>【切り干しの昆布あえ】 切り干しだいこん にんじん むきえだまめ(冷凍) 塩こんぶ 酢 砂糖</p> <p>【きゃべつの味噌汁】 キャベツ たまねぎ じゃがいも 油揚げ わかめ(乾) 米みそ(淡色辛みそ)</p> |
| 午後おやつ | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【アメリカンドッグ】 ホットケーキ粉 小麦粉 おから ウインナー コーン(冷凍) 油</p> | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【えびまぜごはん】 胚芽米 押麦 干しえび ごま たまねぎ にんじん ピーマン 食塩 コンソメ 油</p> | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【おからかりんとう】 小麦粉 おから ごま 黒砂糖 ひじき 油</p> <p>【そらまめ】 そらまめ</p> <p>【小魚】 いわし(煮干し)</p> | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【白玉あずき】 白玉粉 絹ごし豆腐 あずき(乾) 砂糖 きな粉</p> | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【柏餅】 1日 幼児 かしわもち</p> <p>【ういろう】 1日 乳児 小麦粉 砂糖</p> <p>【ソーメンチャンブル】 15・29日 干しそうめん ごま油 にんにく たまねぎ にんじん にら もやし ピーマン ちくわ 花かつお 食塩 コンソメ しょうゆ</p> | <p>【牛乳100】 牛乳</p> <p>【マヨトースト】 食パン マヨネーズ 干しえび あおのり</p> <p>【くだもの】 バナナ</p> |
| | 18 | 19 | 20 | 7・21 | 8・22 | 9・23 |

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|---|--|---|--|---|--|
| 昼食 | 【たき込みごはん】 胚芽米 押麦 ツナ油漬缶 油揚げ にんじん ごぼう 板こんにゃく ひじき 三度豆 しめじ コーン(冷凍) だいず(乾) 食塩 酒 しょうゆ 【春雨の胡麻和え】 はるさめ キャベツ かにかまぼこ もやし きゅうり きくらげ にんじん ごま 酢 砂糖 食塩 【いわしのつみれ汁】 いわしすり身 おから 木綿豆腐 しょうが ねぎ 片栗粉 にんじん だいこん しめじ ごぼう さといも しょうゆ 食塩 | 【ミートスパゲッティ】 スパゲティ 牛ミンチ 豚ミンチ たまねぎ にんじん グリンピース ホールトマト缶詰 にんにく ケチャップ 小麦粉 バター 油 デミグラスソース 食塩 コンソメ 【おからサラダ】 じゃがいも おから えだまめ かにかまぼこ マヨネーズ 食塩 コンソメ 【野菜スープ】 こまつな にんじん たまねぎ はるさめ もやし しめじ ちくわ 食塩 コンソメ | 【パン・フランスパン】 フランスパン 【イワシフライ】 いわし開き 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース 【ごぼうとコーンのサラダ】 ごぼう コーン(冷凍) にんじん 青菜 キャベツ しょうゆ ちくわ みりん マヨネーズ ごま 【クリームスープ】 じゃがいも たまねぎ にんじん かぼちゃ だいず(乾) バター 油 小麦粉 牛乳 コンソメ 食塩 | 【胚芽ご飯】 胚芽米 押麦 【さっぱり煮】 鶏もも肉 砂糖 しょうゆ 酢 にんにく しょうが 【ゆかり和え】 キャベツ きゅうり ゆかり 【卵の花いり煮】 おから 油揚げ ちくわ にんじん たまねぎ ねぎ 砂糖 しょうゆ 【味噌汁】 厚揚げ もやし わかめ(乾) 青菜 米みそ(淡色辛みそ) | 【豆ごはん】 8日 胚芽米 えんどう豆 さやつき 食塩 【赤飯】 22日 米 もち米 あずき(乾) 食塩 黒ごま 【鱈の木の芽味噌焼き】 さわら 木の芽 白みそ 【高野豆腐の玉子とじ】 鶏もも肉 高野豆腐 卵 にんじん じゃがいも たまねぎ 三度豆 しょうゆ 砂糖 【味噌汁】 油揚げ 焼ふ キャベツ たまねぎ カットわかめ 葉ねぎ 米みそ(淡色辛みそ) | 【親子丼】 胚芽米 押麦 鶏もも肉 ちくわ にんじん たまねぎ しめじ みつば 卵 食塩 みりん しょうゆ 【たたきごぼう】 ごぼう ごま 砂糖 酢 食塩 【味噌汁】 油揚げ たまねぎ わかめ(乾) キャベツ かぼちゃ ねぎ 米みそ(淡色辛みそ) |
| 午後おやつ | 【牛乳100】 牛乳 【人参ケーキ】 ホットケーキ粉 にんじん レーズン おから 卵 シナモン 砂糖 バター 油 | 【牛乳100】 牛乳 【南瓜のシュガー焼き】 かぼちゃ 油 砂糖 【こんぶ】 こんぶ(だし用) | 【牛乳100】 牛乳 【豆乳わらび餅】 わらび餅粉 調製豆乳 水 きな粉 砂糖 | 【牛乳100】 牛乳 【フライドポテト】 じゃがいも 油 食塩 【チーズ】 チーズ | 【牛乳100】 牛乳 【ミルクゼリーイチゴソース】 牛乳 アガー 砂糖 いちごジャム 片栗粉 【お菓子】 塩せんべい | 【牛乳100】 牛乳 【プルーンサンド】 プルーン(乾) 食パン 【果物】 オレンジ |