



5月の献立予定表



令和 2年 4月17日
大塚保育園



日・曜	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの	日・曜	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの	
1 金	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	たい焼き	精白米 マカロニ マヨネーズ たい焼き	鶏肉・ハム 錦糸卵・油揚げ 鮭フレーク 魚肉ソーセージ	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	えんそく		新型コロナウイルスの影響により 中止になる場合があります。 その場合、給食の提供があります。			
2 土	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ	
7 木	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	チキンナゲット	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 魚肉ソーセージ ベーコン ナゲット	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス	中華めん 片栗粉	豚肉 えび 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン	
8 金	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め ニラ玉スープ	クリームチーズトースト	精白米 片栗粉 ごま パン	カレイ 鶏肉 卵 クリームチーズ	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	フレンチトースト	精白米・ふ じゃがいも こんにゃく パン	鱈・卵 鶏肉 牛乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根	
9 土	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ビビンバ丼 しらすサラダ ワンタンスープ	ウィンナーパイ	精白米 ワンタンの皮 ごま パイ生地	豚肉 しらす ウィンナー	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり	
11 月	ブチパン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	手作りプリン	パン じゃがいも 片栗粉	鶏肉・牛乳 豚肉 ウィンナー 卵	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 卵入りみそ汁	おせんべい	精白米 おせんべい	カレイ ちくわ 卵	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ	
12 火	グリーンピースごはん 鱈の味噌マヨ焼き キャベツのごま和え けんちん汁	カルピス蒸しパン	精白米・こんにゃく マヨネーズ・ごま ホットケーキmix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 牛乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	おたんじょうかい					
13 水	親子丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト	精白米 フライドポテト	鶏肉 卵 さつま揚げ 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ	
14 木	ラーメン かまぼこの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ	中華めん 精白米	豚肉 かまぼこ 鶏肉	玉ねぎ・人参・パセリ・コーン キャベツ・赤パプリカ エリンギ・黄パプリカ・桃 パイン・みかん・バナナ	<p>入園・進級して半月が経ちましたが 新しい生活には慣れましたか？</p> <p>まだ毎日寒暖の差があり 体調を崩しやすくなっています 風邪を引かないように</p> <p>《旬の野菜》 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン ピース とうもろこし・絹さや・椎茸・じゃがいも</p> <p>《今月のフルーツ》 バナナ・オレンジ グレープフルーツ・甘夏みかん</p>						
15 金	納豆麦ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	バームクーヘン	精白米・押麦 バームクーヘン じゃがいも 片栗粉・こんにゃく	納豆 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや							
16 土	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布							
18 月	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 かにかま 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご							
19 火	ブチパン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ	パン 精白米 もち米	かじき・牛乳 チーズ・鶏肉 ウィンナー スキムミルク	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム							
20 水	ほうとう風うどん さつま揚げのおかか炒め ヨーグルト	ケーキサレ	うどん ホットケーキmix	豚肉・ヨーグルト 油揚げ・卵 さつま揚げ・牛乳 かつお節・ベーコン	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ							
21 木	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 春雨サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー	精白米・ごま 片栗粉 春雨 薄力粉	鱈・スキムミルク ハム 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン							

グリーンピース

グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を食用した野菜です。
えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる『さやえんどう』、若い豆を食べる『グリーン』

《今月の食育・行事食予定》

1(金)⇒こいのぼりごはん
11(月)⇒グリーンピースのさやとり
29(金)⇒誕生会

エネルギー：幼児→553 kcal
タンパク質：幼児→21.9g
脂質：幼児→19.9g



5月のつき組・うさぎ組献立予定



令和2年4月17日
大塚保育園




日・曜	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの	日・曜	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの
1 金	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りたい焼き	精白米 マカロニ マヨネーズ ホットケーキmix	鶏肉・ハム・小豆 錦糸卵・油揚げ 鮭フレーク・牛乳 魚肉ソーセージ	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	ハヤシライス コールスローサラダ 卵スープ	ジャムパン	精白米 じゃがいも マヨネーズ パン	豚肉 卵	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ きゅうり・コーン アスパラ・パセリ
2 土	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ
7 木	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	チキンナゲット	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 魚肉ソーセージ ベーコン ナゲット	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス	中華めん 片栗粉	豚肉 しらす 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン
8 金	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め ニラ玉スープ	クリームチーストースト	精白米 片栗粉 ごま パン	カレイ 鶏肉 卵 クリームチーズ	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	フレンチトースト	精白米・ふ じゃがいも 白滝 パン	鱈・卵 鶏肉 牛乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根
9 土	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ビビンバ丼 しらすサラダ ワントンスープ	ミート蒸しパン	精白米 ワントンの皮 ごま ホットケーキmix	豚肉 しらす 牛乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり
11 月	ブチパン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	手作りプリン	パン じゃがいも 片栗粉	鶏肉・牛乳 豚肉 ウインナー 卵	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 卵入りみそ汁	おせんべい	精白米 おせんべい	カレイ ちくわ 卵	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ
12 火	グリーンピースごはん 鱈の味噌マヨ焼き キャベツのごま和え けんちん汁	カルピス蒸しパン	精白米・白滝 マヨネーズ・ごま ホットケーキmix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 牛乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	 おたんじょうかい 				
13 水	親子丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト	精白米 フライドポテト	鶏肉 卵 さつま揚げ 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ
14 木	ラーメン かまぼこの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ	中華めん 精白米	豚肉 かまぼこ 鶏肉	玉ねぎ・人参・パセリ・コーン キャベツ・赤パプリカ エリンギ・黄パプリカ・桃 パイン・みかん・バナナ	 <p>入園・進級して半月が経ちましたが 新しい生活には慣れましたか？</p> <p>まだ毎日寒暖の差があり 体調を崩しやすくなっています。</p>  <p>風邪を引かないように </p> <p>《旬の野菜》 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン ピース</p>  <p>《今月のフルーツ》 バナナ・オレンジ</p>  <p>グレープフルーツ・甘夏みかん </p>					
15 金	納豆麦ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	バームクーヘン	精白米・押麦 バームクーヘン じゃがいも 片栗粉・白滝	納豆 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや						
16 土	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布						
18 月	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 かにかま 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご						
19 火	ブチパン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ	パン 精白米 もち米	かじき・牛乳 チーズ・鶏肉 ウインナー スキムミルク	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム						
20 水	ほうとう風うどん さつま揚げのおかか炒め ヨーグルト	ケーキサレ	うどん ホットケーキmix	豚肉・ヨーグルト 油揚げ・卵 さつま揚げ・牛乳 かつお節・ベーコン	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ						
21 木	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 春雨サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー	精白米・ごま 片栗粉 春雨 薄力粉	鱈・スキムミルク ハム 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン						

グリーンピース

グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を食用した野菜です。

えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる




《今月の食育・行事食予定》

1(金)⇒こいのぼりごはん

29(金)⇒誕生会

エネルギー：乳児→415kcal
タンパク質：乳児→16.4g
脂質：乳児→14.9g





5月の移行期献立予定表



令和2年4月17日
大塚保育園



日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの	日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの
1 金	クラッカー 飲むヨーグルト	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りのたい焼き ハイハイ	精白米 マカロニ ホットケーキmix	鶏肉・小豆 錦糸卵・油揚げ 鮭フレーク・牛乳	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ハヤシライス コールスローサラダ 卵スープ	ジャムパン ハイハイ	精白米 じゃがいも 乳児ルウ パン	豚肉 卵	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ きゅうり・コーン アスパラ・パセリ
2 土	ひじきせんべい	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん お野菜スナック	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	ひじきせんべい	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん お野菜スナック	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ
7 木	野菜ハイハイ	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	手作りのナゲット ひじきせんべい	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	ハイハイ	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス ひじきせんべい	中華めん 片栗粉	豚肉 しらす 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン
8 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め ニラ玉スープ	クリームチーストースト ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま パン	カレイ 鶏肉 卵 クリームチーズ	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	フルーツ	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	フレンチトースト お野菜スナック	精白米 じゃがいも ふ パン	鱈・卵 鶏肉 牛乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根
9 土	野菜ハイハイ	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん お野菜スナック	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ハイハイ	ビビンバ ちらすサラダ ワンタンスープ	ミート蒸しパン 野菜ハイハイ	精白米 ワンタンの皮 ごま ホットケーキmix	豚肉 しらす 牛乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり
11 月	ひじきせんべい	食パン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	手作りプリン ハイハイ	パン じゃがいも 片栗粉 乳児ルウ	鶏肉 豚肉 牛乳 卵	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 卵入りみそ汁	おせんべい お野菜スナック	精白米 おせんべい	カレイ しらす 卵	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ
12 火	野菜ハイハイ	グリーンピースごはん 鱈の味噌マヨ焼き キャベツのごま和え けんちん汁	カルピス蒸しパン お野菜スナック	精白米 マヨネーズ・ごま ホットケーキmix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 牛乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	ひじきせんべい	 おたんじょうかい				
13 水	フルーツ	親子丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト ひじきせんべい	精白米 フライドポテト	鶏肉 卵 しらす 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	野菜ハイハイ	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん お野菜スナック	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ
14 木	ハイハイ	ラーメン ちらすの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ お野菜スナック	中華めん 精白米	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・パセリ・クレプフルーツ キャベツ・赤パプリカ・人参 エリンギ・黄パプリカ・コーン オレシ・りんご・バナナ	15 金	クラッカー 飲むヨーグルト	納豆ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	ホットケーキ 野菜ハイハイ	精白米・押麦 ホットケーキmix じゃがいも 片栗粉	納豆・牛乳 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや
16 土	ハイハイ	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん お野菜スナック	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布	18 月	ひじきせんべい	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 しらす 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご
19 火	野菜スティック	食パン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ ハイハイ	パン 精白米 もち米	かじき・牛乳 チーズ・鶏肉 豚肉 スキムミルク	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム	20 水	フルーツ	ほうとう風うどん ちらすのおかか炒め ヨーグルト	ケーキサレ お野菜スナック	うどん ホットケーキmix	豚肉・ヨーグルト 油揚げ・卵 しらす・牛乳 かつお節	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ
21 木	ひじきせんべい	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 中華サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 薄力粉	鱈・スキムミルク 鶏肉 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン	21 木	ひじきせんべい	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 中華サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 薄力粉	鱈・スキムミルク 鶏肉 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン

入園・進級して半月が経ちましたが
新しい生活には慣れましたか？
まだ毎日寒暖の差があり
体調を崩しやすくなっています
風邪を引かないように

《旬の野菜》
アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン
ピース
ごぼう・絹さや・椎茸・じゃが

《今月のフルーツ》
バナナ・オレンジ
グレープフルーツ・甘夏みかん

グリーンピース
グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を
食用した野菜です。
えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、
さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる
『さやえんどう』、若い豆を食べる『グリーン
ピース』、








《今月の食育・行事食予定》
1(金)⇒こいのぼりごはん
エネルギー：乳児→332kcal
タンパク質：乳児→13.1g
脂質：乳児→11.9g


5月のほし組・りす組献立予



令和2年4月17日
大塚保育園



日・曜	10時のおやつ	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの	日・曜	10時のおやつ	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの
1 金	クラッカー 飲むヨーグルト	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りの焼き ハイハイ	精白米 マカロニ マヨネーズ ホットケーキmix	鶏肉・ハム・小豆 錦糸卵・油揚げ 鮭フレーク・牛乳 魚肉ソーセージ	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ハヤシライス コールスローサラダ 卵スープ	ジャムパン ハイハイ	精白米 じゃがいも マヨネーズ パン	豚肉 卵	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ きゅうり・コーン アスパラ・パセリ
2 土	ひじきせんべい	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん お野菜スナック	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	ひじきせんべい	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん お野菜スナック	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ
7 木	野菜ハイハイ	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	チキンナゲット ひじきせんべい	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 魚肉ソーセージ ベーコン ナゲット	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	ハイハイ	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス ひじきせんべい	中華めん 片栗粉	豚肉 しらす 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン
8 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め ニラ玉スープ	クリームチーストースト ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま パン	カレイ 鶏肉 卵 クリームチーズ	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	フルーツ	ごはん 鯔の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	フレンチトースト お野菜スナック	精白米・心 じゃがいも 白滝 パン	鯔・卵 鶏肉 牛乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根
9 土	野菜ハイハイ	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん お野菜スナック	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ハイハイ	ビビンバ丼 しらすサラダ ワンタンスープ	ミート蒸しパン 野菜ハイハイ	精白米 ワンタンの皮 ごま ホットケーキmix	豚肉 しらす 牛乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり
11 月	ひじきせんべい	食パン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	手作りプリン ハイハイ	パン じゃがいも 片栗粉	鶏肉・牛乳 豚肉 ウインナー 卵	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 卵入りみそ汁	おせんべい お野菜スナック	精白米 おせんべい	カレイ ちくわ 卵	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ
12 火	野菜ハイハイ	グリーンピースごはん 鯔の味噌マヨ焼き キャベツのごま和え けんちん汁	カルピス蒸しパン お野菜スナック	精白米・白滝 マヨネーズ・ごま ホットケーキmix じゃがいも	鯔 鶏肉 豆腐 牛乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	ひじきせんべい	 おたんじょうかい				
13 水	フルーツ	親子丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト ひじきせんべい	精白米 フライドポテト	鶏肉 卵 さつま揚げ 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	野菜ハイハイ	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん お野菜スナック	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ
14 木	ハイハイ	ラーメン かまぼこの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ お野菜スナック	中華めん 精白米	豚肉 かまぼこ 鶏肉	玉ねぎ・人参・パセリ・コーン キャベツ・赤パプリカ エリンギ・黄パプリカ・桃 パイン・みかん・バナナ	15 金	クラッカー 飲むヨーグルト	納豆麦ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	バームクーヘン 野菜ハイハイ	精白米・押麦 バームクーヘン じゃがいも 片栗粉・白滝	納豆 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや
16 土	ハイハイ	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん お野菜スナック	精白米 心 ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布	18 月	ひじきせんべい	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 かにかま 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご
19 火	野菜スティック	食パン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ ハイハイ	パン 精白米 もち米	かじき・牛乳 チーズ・鶏肉 ウインナー スキムミルク	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム	20 水	フルーツ	ほうとう風うどん さつま揚げのおかか炒め ヨーグルト	ケーキサレ お野菜スナック	うどん ホットケーキmix	豚肉・ヨーグルト 油揚げ・卵 さつま揚げ・牛乳 かつお節・ベーコン	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ
21 木	ひじきせんべい	ごはん 鯔のみぞれあんかけ 春雨サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米・ごま 片栗粉 春雨 薄力粉	鯔・スキムミルク ハム 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン	21 木	ひじきせんべい	ごはん 鯔のみぞれあんかけ 春雨サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米・ごま 片栗粉 春雨 薄力粉	鯔・スキムミルク ハム 豆腐 牛乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン


 入園・進級して半月が経ちましたが
 新しい生活には慣れましたか？
 まだ毎日寒暖の差があり
 体調を崩しやすくなっています
 風邪を引かないように


 ≪旬の野菜≫
 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン
 ピース


 ≪今月のフルーツ≫
 パナナ・オレンジ



グリーンピース
 グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を
 食用した野菜です。
 えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、
 さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べ
 る
 『さやえんどう』、若い豆を食べる『グリーン』


≪今月の食育・行事食予定≫
 1(金)⇒こいのぼりごはん
 29(金)⇒誕生会

 エネルギー：乳児→415kcal
 タンパク質：乳児→16.4g
 脂質：乳児→14.9g




5月の鶏卵除去献立予定表



令和2年4月17日
大塚保育園



ほし組・りす組

日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの	日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの
1 金	クラッカー 飲むヨーグルト	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りたい焼き ハイハイ	精白米 マカロニ 除去mix	鶏肉・小豆 油揚げ・ 豆乳 鮭フレーク しらす	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ハヤシライス ヨーロスローサラダ コンソメスープ	ジャムパン ハイハイ	精白米 じゃがいも 乳児ルウ 除去パン	豚肉 豆腐	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ きゅうり・コーン アスパラ・パセリ
2 土	ひじきせんべい	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん お野菜スナック	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	ひじきせんべい	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん お野菜スナック	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ
7 木	野菜ハイハイ	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	手作りナゲット ひじきせんべい	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	ハイハイ	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス ひじきせんべい	中華めん 片栗粉	豚肉 しらす 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン
8 金	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め 中華スープ	ホイップクリームパン ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 除去パン	カレイ 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	フルーツ	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	ソイミルクトースト お野菜スナック	精白米 じゃがいも ふ 除去パン	鱈 鶏肉 豆乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根
9 土	野菜ハイハイ	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん お野菜スナック	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ハイハイ	ピピン丼 しらすサラダ ワンタンスープ	ミート蒸しパン 野菜ハイハイ	精白米 ワンタンの皮 ごま 除去mix	豚肉 しらす 豆乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり
11 月	ひじきせんべい	食パン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	豆乳プリン ハイハイ	除去パン じゃがいも 片栗粉 除去ルウ	鶏肉 豚肉 豆乳 ゼラチン	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	クラッカー 飲むヨーグルト	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 豆腐入りみそ汁	おせんべい お野菜スナック	精白米 おせんべい	カレイ しらす 豆腐	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ
12 火	野菜ハイハイ	グリーンピースごはん 鱈の味噌焼き キャベツのごま和え けんちん汁	豆乳蒸しパン お野菜スナック	精白米 ごま 除去mix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 豆乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	ひじきせんべい					
13 水	フルーツ	鶏丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト ひじきせんべい	精白米 フライドポテト	鶏肉 しらす 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	野菜ハイハイ	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん お野菜スナック	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ
14 木	ハイハイ	ラーメン しらすの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ お野菜スナック	中華めん 精白米	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・パセリ・クレプフルーツ キャベツ・赤パプリカ・人参 エリンギ・黄パプリカ・コーン オレンジ・りんご・バナナ	<p>入園・進級して半月が経ちましたが 新しい生活には慣れましたか？</p> <p>まだ毎日寒暖の差があり 体調を崩しやすくなっています 風邪を引かないように</p> <p>《旬の野菜》 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン ピース</p> <p>《今月のフルーツ》 バナナ・オレンジ グレープフルーツ・甘夏みかん</p>						
15 金	クラッカー 飲むヨーグルト	納豆麦ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	ホットケーキ 野菜ハイハイ	精白米・押麦 除去mix じゃがいも 片栗粉	納豆・ 豆乳 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや							
16 土	ハイハイ	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん お野菜スナック	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布							
18 月	ひじきせんべい	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 しらす 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご							
19 火	野菜スティック	食パン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ ハイハイ	除去パン 精白米 もち米	かじき 鶏肉 豚肉 豆乳	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム							
20 水	フルーツ	ほうとう風うどん しらすのおか炒め ヨーグルト	ケーキサレ お野菜スナック	うどん 除去mix	豚肉 ・ヨーグルト 油揚げ・ 豆乳 しらす かつお節	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ							
21 木	ひじきせんべい	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 中華サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 薄力粉	鮭 鶏肉 豆腐 豆乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン							

グリーンピース

グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を食用した野菜です。

えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる『さやえんどう』、若い豆を食べる『グリーンピース』、

《今月の食育・行事食予定》

1(金)⇒こいのぼりごはん

エネルギー：乳児→332kcal
タンパク質：乳児→13.1g
脂質：乳児→11.9g

*鶏卵を除去しています。

5月の牛乳・乳製品除去献立予定表

令和2年4月17日
大塚保育園



ほし組

日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの	日・曜	10時の おやつ	献立内容	3時の おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を ととのえるもの
1 金	クラッカー	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りたい焼き ハイハイ	精白米 マカロニ 除去mix	鶏肉・小豆 油揚げ・ 豆乳 鮭フレーク しらす	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	クラッカー	ハヤシライス コールスローサラダ コンソメスープ	ジャムパン ハイハイ	精白米 じゃがいも 乳児ルウ 除去パン	豚肉 豆腐	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ きゅうり・コーン アスパラ・パセリ
2 土	ひじきせんべい	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん お野菜スナック	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	ひじきせんべい	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん お野菜スナック	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ
7 木	野菜ハイハイ	ミートスパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	手作りナゲット ひじきせんべい	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	ハイハイ	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス ひじきせんべい	中華めん 片栗粉	豚肉 しらす 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン
8 金	クラッカー	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め 中華スープ	ホイップクリームパン ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 除去パン	カレイ 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	フルーツ	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	ソイミルクトースト お野菜スナック	精白米 じゃがいも ふ 除去パン	鱈 鶏肉 豆乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根
9 土	野菜ハイハイ	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん お野菜スナック	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ハイハイ	ピピン丼 しらすサラダ ワンタンスープ	ミート蒸しパン 野菜ハイハイ	精白米 ワンタンの皮 ごま 除去mix	豚肉 しらす 豆乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり
11 月	ひじきせんべい	食パン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	豆乳プリン ハイハイ	除去パン じゃがいも 片栗粉 除去ルウ	鶏肉 豚肉 豆乳 ゼラチン	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	クラッカー	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 豆腐入りみそ汁	おせんべい お野菜スナック	精白米 おせんべい	カレイ しらす 豆腐	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ
12 火	野菜ハイハイ	グリーンピースごはん 鱈の味噌焼き キャベツのごま和え けんちん汁	豆乳蒸しパン お野菜スナック	精白米 ごま 除去mix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 豆乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	ひじきせんべい	おたんじょうかい				
13 水	フルーツ	鶏丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト ひじきせんべい	精白米 フライドポテト	鶏肉 しらす 油揚げ	玉ねぎ・人参 菊・大根・いんげん わかめ	30 土	野菜ハイハイ	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん お野菜スナック	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ
14 木	ハイハイ	ラーメン しらすの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ お野菜スナック	中華めん 精白米	豚肉 しらす 鶏肉	玉ねぎ・パセリ・クレプフルーツ キャベツ・赤パプリカ・人参 エリンギ・黄パプリカ・コーン オレンジ・りんご・バナナ	15 金	クラッカー	納豆ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	ホットケーキ 野菜ハイハイ	精白米・押麦 除去mix じゃがいも 片栗粉	納豆・ 豆乳 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや
16 土	ハイハイ	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん お野菜スナック	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布	18 月	ひじきせんべい	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 しらす 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご
19 火	野菜スティック	食パン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ ハイハイ	除去パン 精白米 もち米	かじき 鶏肉 豚肉 豆乳	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム	20 水	フルーツ	ほうとう風うどん しらすのおか炒め 豆乳ヨーグルト	ケーキサレ お野菜スナック	うどん 除去mix	豚肉・豆乳ヨーグルト 油揚げ・ 豆乳 しらす かつお節	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ
21 木	ひじきせんべい	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 中華サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー 野菜ハイハイ	精白米 片栗粉 ごま 薄力粉	鱈 鶏肉 豆腐 豆乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン	<p>入園・進級して半月が経ちましたが 新しい生活には慣れましたか？ まだ毎日寒暖の差があり 体調を崩しやすくなっています 風邪を引かないように</p> <p>《旬の野菜》 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーン ピース</p> <p>《今月のフルーツ》 バナナ・オレンジ グレープフルーツ・甘夏みかん</p>						

グリーンピース

グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を食用した野菜です。

えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる『さやえんどう』、若い豆を食べる『グリーンピース』、

《今月の食育・行事食予定》

1(金)⇒こいのぼりごはん

エネルギー：乳児→332kcal
タンパク質：乳児→13.1g
脂質：乳児→11.9g

*牛乳・乳製品を除去しています。

5月の鶏卵・牛乳・乳製品除去献立予定表



日・曜	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの	日・曜	献立内容	3時のおやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をととのえるもの	
1 金	こいのぼりごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	手作りたい焼き	精白米 マカロニ 除去mix	鶏肉・小豆 油揚げ・豆乳 鮭フレーク しらす・魚肉ソーセージ	のり・キャベツ 人参・きゅうり かぶ・かぶの葉	22 金	えんそく		新型コロナウイルスの影響により中止になる場合があります。その場合、給食の提供があります。			
2 土	豚肉のあんかけ丼 キャベツの酢味噌和え すまし汁	ゆかりごはん	精白米 片栗粉	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・人参・ゆかり 椎茸・菊・キャベツ きゅうり・もやし 大根・小松菜	23 土	焼き鳥丼 豚ひきと根菜の炒め物 みそ汁	わかめごはん	精白米 ごま	鶏肉 豚肉 豆腐	ねぎ・しめじ のり・ごぼう 人参・蓮根 絹さや・わかめ	
7 木	ミートパゲッティー マセドアンサラダ オニオンスープ	手作りナゲット	パスタ 片栗粉 じゃがいも	豚肉 魚肉ソーセージ 鶏肉	玉ねぎ・人参 トマト・コーン パセリ・舞茸	25 月	あんかけ焼きそば チンゲン菜のナムル 中華スープ	れんこんチップス	中華めん 片栗粉	豚肉 えび 油揚げ	人参・玉ねぎ・蓮根 菊・キャベツ・青のり チンゲン菜・椎茸 きゅうり・コーン	
8 金	ごはん カレイの中華あんかけ 鶏と野菜の味噌炒め 中華スープ	ホイップクリームパン	精白米 片栗粉 ごま 除去パン	カレイ 鶏肉 豆腐	玉ねぎ・ピーマン キャベツ・人参 もやし・しめじ ニラ	26 火	ごはん 鱈の味噌焼き 筑前煮 すまし汁	ソイミルクトースト	精白米・ふ じががいも こんにゃく 除去パン	鱈 鶏肉 豆乳 豆腐	ごぼう・人参 椎茸・大根	
9 土	すき焼き丼 ひじきサラダ みそ汁	鮭ごはん	精白米	豚肉 焼き豆腐 ツナ 鮭フレーク	人参・ねぎ・椎茸 白菜・ひじき レタス・黄パプリカ かぼちゃ・玉ねぎ	27 水	ビビンバ丼 しらすサラダ ワンタンスープ	ミート蒸しパン	精白米 ワンタンの皮 ごま 除去mix	豚肉 しらす 豆乳	人参・ほうれん草 もやし・レタス 赤パプリカ きゅうり	
11 月	ブチパン 鶏のカレー風味唐揚げ アスパラのソテー ミネストローネ	豆乳プリン	パン じゃがいも 片栗粉 除去ルウ	鶏肉 豚肉 豆乳 ゼラチン	アスパラ・人参 玉ねぎ・エリンギ トマト・パセリ	28 木	ごはん カレイの煮つけ きんぴらごぼう 豆腐入りみそ汁	おせんべい	精白米 おせんべい	カレイ ちくわ 豆腐	ごぼう・人参 ピーマン・舞茸 わかめ・ねぎ	
12 火	グリーンピースごはん 鱈の味噌焼き キャベツのごま和え けんちん汁	豆乳蒸しパン	精白米・ごま こんにゃく 除去mix じゃがいも	鱈 鶏肉 豆腐 豆乳	グリーンピース・人参 キャベツ・えのき ごぼう・ねぎ	29 金	おたんじょうかい					
13 水	鶏丼 たけのこの煮物 みそ汁	フライドポテト	精白米 フライドポテト	鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	玉ねぎ・人参 筍・大根・いんげん わかめ	30 土	三色丼 かぶと厚揚げの煮物 みそ汁	おかかごはん	精白米 じゃがいも	鶏肉 鮭フレーク 厚揚げ かつお節	絹さや・かぶ 人参・椎茸 かぶの葉・ねぎ	
14 木	ラーメン かまぼこの中華炒め フルーツポンチ	チキンピラフ	中華めん 精白米	豚肉 かまぼこ 鶏肉	玉ねぎ・人参・パセリ・コーン キャベツ・赤パプリカ エリンギ・黄パプリカ・桃 パイン・みかん・バナナ	<p>入園・進級して半月が経ちましたが新しい生活には慣れましたか？</p> <p>まだ毎日寒暖の差があり体調を崩しやすくなっています。</p> <p>風邪を引かないように</p> <p>《旬の野菜》 アスパラ・かぶ・キャベツ・グリーンピース</p> <p>《今月のフルーツ》 バナナ・オレンジ</p> <p>グレープフルーツ・甘夏みかん</p>						
15 金	納豆麦ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 豚汁	ホットケーキ	精白米・押麦 除去mix じゃがいも 片栗粉・こんにゃく	納豆・豆乳 鮭 鶏肉 豚肉	玉ねぎ・人参 ごぼう・ねぎ 大根・絹さや							
16 土	豚丼 かぶの酢の物 とろろ昆布汁	しらすごはん	精白米 ふ ごま	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・かぶ かぶの葉・きゅうり とろろ昆布							
18 月	麻婆丼 切り干し大根のナムル わかめスープ	りんごの春巻き揚げ	精白米 片栗粉 じゃがいも 春巻きの皮	豚肉 豆腐 かにかま 油揚げ	ニラ・人参・ねぎ 切り干し大根 きゅうり・わかめ りんご	<p>《今月の食育・行事食予定》 1(金)⇒こいのぼりごはん 11(月)⇒グリーンピースのさやとり 29(金)⇒誕生会</p> <p>エネルギー：幼児→553kca タンパク質：幼児→21.9g 脂質：幼児→19.9g *鶏卵、牛乳、乳製品を除去しています。</p>						
19 火	ブチパン かじきのピザ焼き 野菜のコンソメ煮 コーンスープ	中華おこわ	パン 精白米 もち米	かじき 鶏肉 豚肉 豆乳	玉ねぎ・ピーマン・パセリ キャベツ・人参・えのき 黄パプリカ・コーン コーンクリーム							
20 水	ほうとう風うどん さつま揚げのおかか炒め 豆乳ヨーグルト	ケーキサレ	うどん 除去mix	豚肉・豆乳ヨーグルト 油揚げ・豆乳 さつま揚げ かつお節	かぼちゃ・人参 しめじ・ねぎ 白菜・アスパラ 玉ねぎ							
21 木	ごはん 鱈のみぞれあんかけ 春雨サラダ 豆腐スープ	レーズンクッキー	精白米・ごま 片栗粉 薄力粉 春雨	鱈 鶏肉 豆腐 豆乳	大根・きゅうり もやし・人参 ニラ・レーズン							

グリーンピース

グリーンピースは、えんどうの未熟な豆を食用した野菜です。

えんどうは、若い葉や茎を食する『豆苗』、さやが柔らかい状態で収穫し、さやごと食べる

《今月の食育・行事食予定》

1(金)⇒こいのぼりごはん

11(月)⇒グリーンピースのさやとり

29(金)⇒誕生会

エネルギー：幼児→553kca
タンパク質：幼児→21.9g
脂質：幼児→19.9g
*鶏卵、牛乳、乳製品を除去しています。