

## 5月予定および献立表

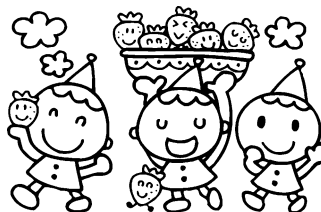
平成30年4月20日  
東奈良敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	火	E~たいむ	わかめご飯 鯖の塩焼き 切り干し大根煮 味噌汁 フルーツ	わかめ 鯖 切り干し大根、人参、竹輪、しらたき、いんげん 白菜、油揚げ、ねぎ フルーツ	●ジャムサンド ●牛乳
2	水		★ちらし寿司 フルーツサラダ 若竹汁	ちりめんじゃこ、人参、蓮根、高野豆腐、椎茸、絹さや、 キャベツ、きゅうり、みかん、りんご 竹輪、卵 たけのこ、わかめ、三つ葉	柏餅 (乳児 ●あんぱん) ●牛乳
3	木	憲法記念日			
4	金	みどりの日			
5	土	こどもの日			
6	日	お休み			
7	月	習字 制服登園開始 (くま組)	豚丼 ブロッコリーのかにあん 味噌汁 フルーツ	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ ブロッコリー、人参、かにかまぼこ しめじ、油揚げ、ほうれん草	★●自家製クリームパン ●牛乳
8	火	花一輪登園 花まつり E~たいむ	筍ご飯 鮭の西京焼き ポン酢和え すまし汁	筍、人参、こんにゃく、油揚げ 鮭 小松菜、白菜、人参、かまぼこ わかめ、豆腐、三つ葉	フライドポテト ●牛乳
9	水		鶏肉の唐揚げ カニカマサラダ 味噌汁	鶏肉 ミントマト かにかまぼこ、キャベツ、人参、大根、きゅうり、コーン 里芋、玉ねぎ、ねぎ	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳
10	木	スイミング	麻婆丼 ★ばんさんすう 中華スープ	豚ミンチ、玉ねぎ、豆腐、にら ハム、きゅうり、もやし、人参、錦糸卵 大根、えのき茸、ねぎ	マカロニきなこ ●牛乳
11	金	体育あそび シーツ交換	★●豆腐の松風焼き 金平ごぼう 味噌汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ねぎ、パン粉、卵、牛乳 ごぼう、人参、しらたき、竹輪、いんげん ブロッコリー 白菜、油揚げ、ねぎ	●アメリカンドッグ ●牛乳
12	土	家庭の日 (幼児お弁当)	ラーメン ブロッコリーサラダ ★焼売 フルーツ	焼き豚、もやし、ねぎ、中華麺 ブロッコリー、人参、キャベツ 焼売 りんご	●★どらやき 牛乳
13	日	お休み			
14	月	習字	●タンドリーチキン 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ミントマト ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、キャベツ、 さつまいも、玉ねぎ、ねぎ コーン	●マシュマロおこし ●牛乳
15	火	E~たいむ	豚肉のしょうが焼き ★春雨サラダ 味噌汁	豚肉、人参、玉ねぎ ハム、きゅうり、人参、もやし、春雨 わかめ、えのき茸、ほうれん草	蒸しパン ●牛乳

■お子さんが欠席される場合は、必ず園に連絡をして下さい。

### 今月の昼食とおやつの平均栄養量(3才児以上)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
基準	594	22.3	16.5	247	2.2	0.31	0.36	18	-	1.8未満
平均	625	24.2	19.1	257	2.3	0.35	0.44	21	3.3	1.8





日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	水	Jリーグ	豆ご飯 味噌汁	えんどう豆 かぼちゃ、油揚げ、ねぎ	●フルーツヨーグルト ●ココナッツサブレ
			鱈の唐揚げ	鱈	
			おかか和え	ほうれん草、白菜、人参	
17	木		豚肉とキャベツの味噌炒め	豚肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン	●シュガートースト ●牛乳
			★ポテトサラダ	ツナ、きゅうり、人参、じゃがいも、コーン、マヨネーズ	
			スープ	もやし、しめじ、ねぎ	
18	金	体育あそび	●ハヤシライス	牛肉、人参、玉ねぎ	中華おこわ ●牛乳
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、キャベツ、コーン、人参	
			●キャンディチーズ	チーズ	
19	土		チキンピラフ	鶏肉、人参、玉ねぎ、ピーマン	●お麩ラスク ●牛乳
			コーンサラダ	コーン、キャベツ、人参、きゅうり	
			コンソメスープ フルーツ	じゃがいも、しめじ、ほうれん草 フルーツ	
20	日	お休み			
21	月	習字	鶏肉のごま風味焼き	鶏肉 ミニトマト	●チーズサンド ●牛乳
			じゃことひじきのサラダ	ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、	
			味噌汁	わかめ、豆腐、ねぎ コーン、パプリカ	
22	火	E~たいむ	★三色丼	鶏ミンチ、卵、いんげん	●プリン せんべい ●牛乳
			酢の物	きゅうり、人参、大根、かにかまぼこ	
			味噌汁	白菜、油揚げ、ねぎ	
23	水	Keiai動物園	鶏肉のノルウェー風	鶏肉	みたらし団子 (乳児マカロニ) ●牛乳
			ツナサラダ	ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン	
			きのこスープ	玉ねぎ、しめじ、えのき茸、セロリ	
24	木	スイミング 避難訓練	豚肉のしぐれ煮	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん	●豆腐ドーナツ ●牛乳
			★マカロニサラダ	ハム、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ	
			味噌汁	ほうれん草、豆腐、わかめ	
25	金	体育あそび シーツ交換	鮭の照り焼き	鮭	さつまいもスティック ●牛乳
			白和え	ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにゃく、豆腐	
			★かき玉汁	卵、えのき茸、三つ葉	
26	土	家庭の日 (幼児お弁当)	おにぎり コロッケ	合挽きミンチ、じゃがいも、玉ねぎ、卵、パン粉	★●ホットケーキ ●牛乳
			コールスローサラダ	キャベツ、きゅうり、人参、コーン	
			味噌汁 フルーツ	豆腐、わかめ フルーツ	
27	日	お休み			
28	月	習字	ビビンバ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、切り干し大根	いなりずし ●牛乳
			★揚げしゅうまい	海老しゅうまい	
			わかめスープ	わかめ、しめじ、にら	
29	火	E~たいむ 尿検査提出日 (幼児クラス)	ぶりの香味焼き	ぶり	★●蒸しケーキ ●牛乳
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、胡瓜、コーン	
			豚汁	豚肉、人参、大根、さつまいも、ごぼう、ねぎ	
30	水	お誕生会	●キーマカレー	合挽きミンチ、玉ねぎ、じゃがいも、人参	★●バースデー ケーキ ●牛乳
			キャベツとみかんのサラダ	キャベツ、みかん、きゅうり、レーズン	
			●キャンディチーズ	チーズ	
31	木		ゆかりご飯 筑前煮	ゆかり 鶏肉、大根、人参、蓮根、ごぼう、筍、	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
			酢の物	きゅうり、もやし、人参、かにかまぼこ いんげん	
			味噌汁	えのき茸、わかめ、ねぎ	

★印は卵、●は乳を使用している献立です。

■献立内容は、仕入れ状況などにより変更する場合があります。