

令和6年5月

献立表

Information

新入園児のお子様も保育園で食べる給食にも慣れて、おかわりもするようになりました。一番人気はやっぱりカレーライス！どの年齢のお子様もカレーライスの時はモリモリ食べていますよ。

食材案内 「玉ねぎ」

玉ねぎは和、洋、中さまざまな料理に使える万能野菜です。血液をサラサラにする働きや血圧の上昇を抑えるカリウムもたっぷり、毎日の食事でたくさん食べましょう。

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
1,15	水	献立 コッペパン 鶏のから揚げ,ポテトフライ 鶏肉,じゃがいも	アレルギー コッペパン 鶏のから揚げ,ポテトフライ 鶏肉,じゃがいも	離乳食 白がゆ 鶏肉,じゃが芋	1日:ラスク パン,砂糖,バター
		コーンクリームスープ じゃが芋,人参,玉ねぎ クリームコーン,グリーンアスパラ	アレルギー コーンクリームスープ じゃが芋,人参,玉ねぎ クリームコーン,グリーンアスパラ	コーンクリームスープ じゃが芋,人参,玉ねぎ クリームコーン	15日:ラスク パン,砂糖,バター
2,16,30	木	カレーライス 豚挽き肉,玉ねぎ,人参 じゃが芋	アレルギー カレーライス 豚挽き肉,玉ねぎ,人参 じゃが芋	おじや 豚挽き肉,玉ねぎ,人参 じゃが芋 中期:鶏ささみ肉,後期:豚赤身肉	2,30日:カルピス寒天
		中華あえ しらす干し,キャベツ,人参 きゅうり	アレルギー 中華あえ しらす干し,キャベツ,人参 きゅうり	中華あえ しらす干し,キャベツ,人参 きゅうり	16日:オレンジ寒天 オレンジ,寒天
7,21	火	ピラフ ウインナー(卵不使用),人参 玉ねぎ,コーン,エリンギ,ピーマン	アレルギー ピラフ ウインナー(卵不使用),人参 玉ねぎ,コーン,エリンギ,ピーマン	おじや 玉ねぎ,人参,(エリンギ)	7日:ひじきトースト(ア) 食パン,ひじき,コーン缶 マヨネーズ,しょうゆ,チーズ
		スープ 豆腐,わかめ,あさつき,人参 玉ねぎ	アレルギー スープ 豆腐,わかめ,あさつき,人参 玉ねぎ	スープ 豆腐,わかめ,玉ねぎ,人参 (あさつき)	21日:ピザトースト 食パン,トマト缶,玉ねぎ,チーズ ケチャップ,バジル,パセリ 魚肉ソーセージ
8,22	水	8日:食パン 白身魚のトマトソース煮 白身魚,玉ねぎ,じゃが芋,人参 しめじ	アレルギー 22日:クロロールパン 白身魚のトマトソース煮 白身魚,玉ねぎ,じゃが芋,人参 しめじ	白がゆ 白身魚のトマトソース煮 白身魚,玉ねぎ,じゃが芋, 人参,(しめじ)	8日:パンナコッタ 牛乳,生クリーム,砂糖 ゼラチン
		コーンサラダ コーン,ほうれん草,人参	アレルギー コーンサラダ コーン,ほうれん草,人参	サラダ ほうれん草,人参	22日:フルーチェ フルーチェ,牛乳
9,23	木	マーボー丼 豆腐,豚挽き肉,玉ねぎ,人参 ねぎ,しめじ,たけのこ水煮	アレルギー マーボー丼 豆腐,豚挽き肉,玉ねぎ,人参 ねぎ,しめじ,たけのこ水煮	おじや 豆腐,豚挽き肉,玉ねぎ,人参 (ねぎ,しめじ) 中期:鶏ささみ肉,後期:豚赤身肉	9日:きな粉団子 米,もち米,さつまいも,きな粉 砂糖,塩
		さつまいもの煮物 さつまいも	アレルギー さつまいもの煮物 さつまいも	さつまいもの煮物 さつまいも	23日:パインケーキ ホットケーキミックス,牛乳,砂糖 パイン缶,バター,サラダ油 豆腐

日	曜日	献立	アレルギー	離乳食	手作りおやつ
10,24	金	献立 米(押し麦) 豚汁 豚肉,大根,人参,白菜,えのき ねぎ,ごぼう	アレルギー 米(押し麦) 豚汁 豚肉,大根,人参,白菜,えのき ねぎ,ごぼう	離乳食 白がゆ 豚汁 豚肉,大根,人参,白菜 (ねぎ,えのき) 中期:鶏ささみ肉,後期:豚赤身肉	10日:バナナ
		南瓜のそぼろ煮 南瓜,鶏挽肉	アレルギー 南瓜のそぼろ煮 南瓜,鶏挽肉	南瓜煮つけ 南瓜	24日:バナナ
11,25	土	ツナの混ぜご飯 ツナ,人参,油揚げ,しめじ	アレルギー ツナの混ぜご飯 ツナ,人参,油揚げ,しめじ	おじや ツナ,人参,(油揚げ,しめじ)	11日:魚肉ソーセージ
		豆腐のみそ汁 豆腐,わかめ,切り干し大根	アレルギー 豆腐のみそ汁 豆腐,わかめ,切り干し大根	豆腐のみそ汁 豆腐,わかめ	25日:魚肉ソーセージ
13,27	月	コッペパン ミートスパゲティ スパゲティ,豚挽き肉,玉ねぎ, しめじ,人参	アレルギー コッペパン ミートスパゲティ スパゲティ,豚挽き肉,玉ねぎ, しめじ,人参	白がゆ ミートスパゲティ スパゲティ,豚挽き肉,玉ねぎ, 人参,(しめじ) 中期:鶏ささみ肉,後期:豚赤身肉	13日:ウインナードーナツ 魚肉ソーセージ(卵不使用) ホットケーキミックス,豆腐
		わかめサラダ わかめ,キャベツ,みかん	アレルギー わかめサラダ わかめ,キャベツ,みかん	わかめサラダ わかめ,キャベツ	27日:ヨーグルト
14,28	火	食パン キャベツのスープ煮 豚肉,じゃが芋,キャベツ,人参 玉ねぎ	アレルギー 食パン キャベツのスープ煮 豚肉,じゃが芋,キャベツ,人参 玉ねぎ	白がゆ キャベツのスープ煮 豚肉,じゃが芋,キャベツ,人参 玉ねぎ 中期:鶏ささみ肉,後期:豚赤身肉	14日:大学芋 さつまいも,水あめ,しょうゆ
		切干大根のマヨあえ(ア) ツナ,切干大根,きゅうり,人参 マヨネーズ	アレルギー 切干大根サラダ ツナ,切干大根,きゅうり,人参	ツナサラダ ツナ,きゅうり,人参	28日:ラスク パン,砂糖,バター
20	月	米(押し麦) 磯揚げ 白身魚,青のり	アレルギー 米(押し麦) 磯揚げ 白身魚,青のり	白がゆ 煮魚 白身魚	20日:南瓜パン 南瓜,パン,バター,砂糖 牛乳
		すまし汁 えのき,麩,大根,あさつき	アレルギー すまし汁 えのき,麩,大根,あさつき	すまし汁 麩,大根,(あさつき,えのき)	
29	水	米(押し麦) 豆腐の卵煮(ア) 豆腐,人参,玉ねぎ,干しいたけ グリーンピース,卵	アレルギー 米(押し麦) 豆腐の煮物 豆腐,人参,玉ねぎ,干しいたけ グリーンピース	白がゆ 豆腐の煮物 豆腐,人参,玉ねぎ	29日:ミルクもち 片栗粉,牛乳,砂糖,きな粉 塩
		ジャーマンポテト じゃが芋,ウインナー(卵不使用)	アレルギー ジャーマンポテト じゃが芋,ウインナー(卵不使用)	じゃが芋の土佐煮 じゃがいも	
17,31	金	コッペパン チャンプルー 豆腐,鶏肉,玉ねぎ,人参 ねぎ,しめじ	アレルギー コッペパン チャンプルー 豆腐,鶏肉,玉ねぎ,人参 ねぎ,しめじ	白がゆ チャンプルー 豆腐,鶏肉,玉ねぎ,人参 (ねぎ,しめじ)	17日:ホットドック パン,ウインナー(卵不使用) キャベツ
		春雨スープ えのき,春雨,わかめ,人参 玉ねぎ	アレルギー 春雨スープ えのき,春雨,わかめ,人参 玉ねぎ	春雨スープ 春雨,わかめ,人参,玉ねぎ	31日:じゃが芋の甘辛揚げ じゃが芋,大豆の水煮,砂糖 しょうゆ,みりん,片栗粉