

| 日 | 1日(木) | 2日(金) | 7日(水) | 8日(木) | 9日(金) | 10日(土) | 12日(月) | 13日(火) | 14日(水) | 15日(木) | 16日(金) | 17日(土) | 19日(月) | 20日(火) | 21日(水) |
|-------------|---|--|--|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| 献立名 | ・ごはん ・鶏団子 ・豆腐入り味噌煮 ・りんご | ・ごはん ・鮭の塩焼き ・野菜和だし煮 ・オレンジ | ・ごはん ・にくじゃが ・バナナ | ・ごはん ・カラスガレイのカレー揚げ ・ごま入り野菜煮 ・りんご | ・ごはん ・鶏つくね ・きのこ味噌煮 ・オレンジ | ・ごはん ・豚団子 ・豆腐しょうゆ鶏がら煮 ・りんご | ・豚肉入り煮込みラーメン ・オレンジ | ・ごはん ・鮭の塩焼き ・いろいろ煮 ・りんご | ・木の葉どんぶり ・バナナ | ・ごはん ・白身魚の青菜煮 ・りんご | ・ごはん ・牛肉入りコーンクリーム煮 ・バナナ | ・豚団子 ・煮込みラーメン ・オレンジ | ・カレーライス ・バナナ | ・ごはん ・鮭の揚げ煮 ・ほうれん草入り野菜煮 ・りんご | ・パセリライス ・ボーピーンズ ・オレンジ |
| 材料名および数量(g) | 米 36 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 木綿豆腐 15 たまねぎ 20 にんじん 20 かぼちゃ 25 キャベツ 15 葉ねぎ 5 もやし 15 混合削り節 0.9 味噌 4 りんご 22.5 | 米 36 紅さけ 45 薄力粉 4.5 食塩 0.1 もずく 3 キャベツ 15 にんじん 12 たまねぎ 20 じゃがいも 25 コーン缶 4.5 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 2.7 食塩 1.8 オレンジ 22.5 | 米 36 牛肉 18 じゃがいも 40.5 にんじん 18 たまねぎ 36 さやいんげん 4.5 しらたき 13.5 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.1 食塩 0.2 三温糖 1.3 本みりん 0.8 酒 0.4 なたね油 0.5 片栗粉 1.3 バナナ 22.5 | 米 36 カラスガレイ 45 カレー粉 0.27 鶏卵(ア) 2.7 干しいたけ 0.6 木綿豆腐 10 たまねぎ 20 にんじん 20 えのきたけ 1.3 はくさい 0.9 本しめじ 7.2 ほうれんそう 10.8 かぼちゃ 25 混合削り節 0.9 味噌 4 オレンジ 22.5 | 米 36 鶏ミンチ 13.5 木綿豆腐 27 たまねぎ 9 にんじん 4.5 干しいたけ 0.6 木綿豆腐 10 キャベツ 15 にんじん 20 鳥がら 20 こいくちしょうゆ 2.7 三温糖 2.7 コーン缶 5 オレンジ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 にんじん 20 たまねぎ 5 こまつな 10.8 もやし 10.8 キャベツ 15 カットわかめ 0.1 鳥がら 0.9 こまつな 10.8 水煮だいず 10 かぼちゃ 25 鳥がら 0.9 食塩 0.1 りんご 22.5 | ゆで中華めん 90 豚肉 15 にんじん 20 たまねぎ 20 薄力粉 4.5 食塩 0.1 こまつな 10.8 もやし 10.8 キャベツ 15 カットわかめ 0.1 鳥がら 0.9 こまつな 10.8 水煮だいず 10 かぼちゃ 25 鳥がら 0.9 食塩 0.1 りんご 22.5 | 米 36 かまぼこ(ア)鶏肉 7.2 たまねぎ 45 にんじん 13.5 葉ねぎ 9 干しいたけ 0.4 しらたき 9 たまねぎ 36 にんじん 18 混合削り節 1 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 こいくちしょうゆ 2.7 本しめじ 4.5 クリームコーン缶 25 コンソメ 0.9 食塩 1.5 りんご 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 45 牛肉 13.5 たまねぎ 36 じゃがいも 27 にんじん 13.5 はちみつ 1.3 水 1 こいくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.7 本みりん 1 だいず 13.5 にんじん 13.5 はくさい 15 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 トマトケチャップ 4.9 とんかつソース 1.8 白ワイン 0.4 食塩 0.1 薄力粉 3.1 オレンジ 22.5 | 米 36 牛肉 13.5 たまねぎ 36 じゃがいも 27 にんじん 13.5 はちみつ 1.3 水 1 こいくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.7 本みりん 1 だいず 13.5 にんじん 13.5 はくさい 15 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 トマトケチャップ 4.9 とんかつソース 1.8 白ワイン 0.4 食塩 0.1 薄力粉 3.1 オレンジ 22.5 | 米 36 コンソメ 1 パセリ 0.09 豚肉 18 じゃがいも 18 たまねぎ 27 さやいんげん 4.5 たまねぎ 27 さやいんげん 4.5 にんじん 18 パセリ 0.09 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 トマトケチャップ 4.9 とんかつソース 1.8 白ワイン 0.4 食塩 0.1 薄力粉 3.1 オレンジ 22.5 | |
| おやつ | じゃが餅 牛乳 | こいのぼりクッキー 牛乳 | おからホットケーキ 牛乳 | 肉味噌おにぎり 牛乳 | フレンチトースト 牛乳 | おかし 牛乳 | しめじおにぎり 牛乳 | フライドポテト(コンソメ) 牛乳 | バターリッチ 牛乳 | チーズトースト (ア)ツナチーズトースト 牛乳 | にんじんホットケーキ 牛乳 | おかし 牛乳 | ヨーグルト蒸しパン 牛乳 | わかめおにぎり 牛乳 | ココアトースト 牛乳 |
| エネルギー | 398 | 404 | 471 | 552 | 489 | 393 | 416 | 404 | 499 | 410 | 479 | 517 | 476 | 534 | 512 |
| たんぱく質 | 13.9 | 20.4 | 15.2 | 23.5 | 19.5 | 12.4 | 16.3 | 20.2 | 17.3 | 21.6 | 16.9 | 16.9 | 13.4 | 21.9 | 20.3 |
| 日 | 22日(木) | 23日(金) | 24日(土) | 26日(月) | 27日(火) | 28日(水) | 29日(木) | 30日(金) | 31日(土) | | | | | | |
| 献立名 | ・ごはん ・豆腐の松風焼き ・スープ煮 ・バナナ | ・ごはん ・カラスガレイの煮付け ・小松菜入り味噌煮 ・オレンジ | ・鮭の塩焼き ・和風スパゲティ煮 ・りんご | ・鶏肉入り味噌煮込みうどん ・バナナ | ・ごはん★ ・スパニッシュオムレツ (ア)豚つくね ・コンソメ野菜煮 ・オレンジ | ・ごはん ・鮭の味噌煮 ・ほうれん草入り野菜煮 ・りんご | ・ごはん ・チキンハンバーグ ・コンソメ煮 ・バナナ | ・ごはん ・豆腐の中華煮 ・オレンジ | ・ごはん ・豚団子 ・鶏ガラスープ煮風 ・りんご | | | | | | |
| 材料名および数量(g) | 米 36 鶏ミンチ 18 木綿豆腐 54 たまねぎ 18 にんじん 9 鶏卵 8.1 薄力粉 0.18 こいくちしょうゆ 1.62 三温糖 0.72 こいくちしょうゆ 2.25 三温糖 0.9 あおのり 0.09 水 7.2 片栗粉 0.54 キャベツ 15 たまねぎ 20 にんじん 20 じゃがいも 25 なす 15 干しいたけ 0.2 チンゲンサイ 10.8 鳥がら 5 バナナ 22.5 | 米 36 カラスガレイ 45 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 2.7 三温糖 1.8 本みりん 0.8 酒 0.3 食塩 0.09 キャベツ 15 こまつな 10.8 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 木綿豆腐 10 もずく 5 混合削り節 0.9 味噌 3.6 オレンジ 22.5 | 紅さけ 45 薄力粉 4.5 食塩 0.1 スパゲティ 36 にんじん 20 たまねぎ 20 こまつな 10.8 ほうれんそう 10.8 さつまいも 25 キャベツ 15 えのきたけ 7.2 混合削り節 0.9 バナナ 22.5 | 鶏肉 15 ゆでうどん 90 たまねぎ 18 にんじん 10.8 かぼちゃ 15 さやいんげん 1.8 プロセスチーズ 5.4 本みりん 0.7 ほうれんそう 10.8 はくさい 15 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 コーン缶 5 葉ねぎ 5 いりごま 0.4 コンソメ 1.5 食塩 0.09 オレンジ 22.5 | 米 36 ウインナーソーセージ 9 たまねぎ 18 味噌 3.6 こいくちしょうゆ 2.2 木綿豆腐 2.7 鶏卵 0.9 パン粉 0.7 牛乳 2.9 鳥がら 0.8 たまねぎ 20 にんじん 20 キャベツ 15 さつまいも 25 ローズハム 5 コーン缶 4.5 コンソメ 0.9 食塩 0.09 りんご 22.5 | 米 36 鶏ミンチ 36 たまねぎ 22.5 にんじん 4.5 たまねぎ 27 木綿豆腐 10 木綿豆腐 36 にんじん 13.5 キャベツ 15 干しいたけ 1 さやいんげん 7.2 さつまいも 9 コーン缶 4.5 鳥がら 2.7 食塩 1.35 食塩 0.09 りんご 0.45 オレンジ 22.5 | 米 36 豚肉 18 じゃがいも 4.5 食塩 0.1 たまねぎ 27 にんじん 20 たまねぎ 20 キャベツ 15 三温糖 1.35 食塩 0.09 りんご 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 | 米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 食塩 0.1 ゆで中華めん 90 キャベツ 20 たまねぎ 9 たまねぎ 20 にんじん 18 干しいたけ 0.9 コンソメ 1.08 とろけるチーズ 2 本しめじ 4.5 木綿豆腐 5 いりごま 0.4 鳥がら 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5 |
| おやつ | ふのラスク 牛乳 | ほうれん草入りホットケーキ 牛乳 | おかし 牛乳 | あおなおにぎり 牛乳 | アップルケーキ 牛乳 | スイートポテトフライ 牛乳 | どうふホットケーキ 牛乳 | きなこトースト 牛乳 | おかし 牛乳 | | | | | | |
| エネルギー | 448 | 469 | 579 | 395 | 530 | 489 | 513 | 421 | 402 | | | | | | |
| たんぱく質 | 18 | 22 | 24.9 | 13.8 | 18.1 | 21.1 | 20.3 | 18.3 | 11.5 | | | | | | |

【 5月の行事食 】

★2日(金曜日) こどもの日 27日(火曜日) お誕生日会

【手作りおやつの材料】

- 1日(木) じゃがいも、三温糖、バター、片栗粉、しょうゆ、みりん
- 2日(金) 薄力粉、バター、三温糖、卵(ア)卵→牛乳 変更
- 7日(水) おから、薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳、卵、塩、三温糖、バター(ア)卵 除去
- 8日(木) 米、鶏ミンチ、味噌、三温糖、みりん、酒、しょうゆ
- 9日(金) 食パン、卵、牛乳、三温糖 (ア)卵 除去
- 12日(月) 米、しめじ、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、塩
- 13日(火) じゃがいも、なたね油、コンソメ
- 14日(水) 強力粉、薄力粉、ドライイースト、バター、三温糖、卵、牛乳(ア)卵 除去
- 15日(木) 食パン、パセリ、ミックスチーズ、ハム(ア)ハム→ツナ缶 変更
- 16日(金) 人参、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター(ア)卵 除去
- 19日(月) 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、ヨーグルト、油(ア)卵→牛乳 変更
- 20日(火) 米、わかめふりかけ
- 21日(水) 食パン、ココア、三温糖、バター
- 22日(木) 麩、バター、三温糖
- 23日(金) 薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター、ほうれんそう(ア)卵 除去
- 26日(月) 米、青菜ふりかけ
- 27日(火) りんご、三温糖、薄力粉、ベーキングパウダー、三温糖、卵、バター(ア)卵→牛乳 変更
- 28日(水) さつまいも、油、塩
- 29日(木) 絹ごし豆腐、薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳、卵、塩、三温糖、バター(ア)卵 除去
- 30日(金) 食パン、バター、きな粉、塩

