様式F110

# 保育所　こどもの家(一般)

# 2023年05月分の献立

| | | 1(月) | 2(火) | 3(水) | 4(木) | 5(金) | 6(土) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | | | | | | | |
| 昼食 | | 野菜そぼろ丼(納豆)、すまし汁（だいこん・えのき）、ベイクド里芋（青のり）、りんご | 御飯、みそ汁（たまねぎ・もやし）、さわらと人参の煮物、ポテトサラダ、みかん缶 | | | | てりやき野菜丼、りんご、豚汁 |
| 午後 | | 野菜米粉蒸しパン、スキムミルク | トースト（バターシュガー） | | | | おにぎり（昆布） |
| | 7(日) | 8(月) | 9(火) | 10(水) | 11(木) | 12(金) | 13(土) |
| 午前 | | | | | | | |
| 昼食 | | グリンピース御飯、みそ汁（豆腐・切り干し大根）、鯉のぼり・ミートローフ、キャベツのコーン煮 | 御飯、みそ汁（なす・あげ）、たらの磯辺焼き、じゃが芋きんぴら（ごま）、みかん缶 | ケチャップライス、わかめスープ（キャベツ）、コロッケ、ゆでブロッコリー、フルーツカクテル（キウイ） | 御飯、みそ汁（たまねぎ・あげ）、さわらのもやしあんかけ(えんどう)、さつま芋ときゅうりの酢の物 | 御飯、ふりかけ・じゃこ（ねぎ）、ポークビーンズ、キャベツとチンゲン菜のサラダ（ごま）、パイン缶 | 豚丼、りんご、パスタサラダ（マヨネーズ） |
| 午後 | | アップルポテト | おやつ・チャーハン（ひじき） | マドレーヌ、いちご | 豆乳ももゼリー、ポップコーン（カレー塩） | 凍り豆腐のきな粉トースト | おにぎり（さけ・ごま） |
| | 14(日) | 15(月) | 16(火) | 17(水) | 18(木) | 19(金) | 20(土) |
| 午前 | | | | | | | |
| 昼食 | | おこわ（豚肉・にんじん）、すまし汁（キャベツ・かぼちゃ）、豆腐のコーンみそ焼き、ゆでアスパラ、オレンジ | 御飯、みそ汁（だいこん・あげ）、さけの酒蒸し、ひじきとさつま芋の炒り煮（ちくわ）、ゆでスナップえんどう、もも缶 | 御飯、豆乳汁（チンゲン菜・コーン）、豚肉と野菜のカレー炒め、きゅうりのゆかりあえ | 御飯、みそ汁（いも・さやえんどう）、白身魚のフリット、ゆで野菜、バナナ | 御飯、みそ汁（なす・たまねぎ）、凍り豆腐とひき肉の煮物、かぼちゃ（蒸し） | 焼きビーフン（カレー）、キウイフルーツ、もやしの中華風和え物 |
| 午後 | | 豆腐ガトーショコラ | 野菜もち（にんじん）、スキムミルク | おにぎり（じゃこごま） | トマトゼリー | 米粉のみかん蒸しパン | おにぎり（焼き） |
| | 21(日) | 22(月) | 23(火) | 24(水) | 25(木) | 26(金) | 27(土) |
| 午前 | | | | | | | |
| 昼食 | | 御飯、豆腐旨煮椀（キャベツ）、ししゃものごま衣焼き、ベイクドじゃが（あおのり）、キウイフルーツ | 御飯、コーンスープ（だいこん）、鶏むね肉のふっくら焼き、ゆでブロッコリー、昆布の煮物（にんじん） | 御飯、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、厚揚げの炒め物、キャベツのパインサラダ（チンゲン菜） | 御飯、みそ汁（豆腐・油あげ）、肉じゃが・カレー味（グリンピース）、きゅうりの酢の物（ツナ）、オレンジ | 御飯、みそ汁（さつまいも・わかめ）、豚肉のもち米蒸し、切干大根としらすの炒り煮、みかん缶 | 豚肉の甘みそ丼、りんご、はるさめスープ（五目・ごま） |
| 午後 | | おやつ・ビビンバ | 大学芋（ごま）、スキムミルク | 野菜チップ（じゃが・れんこん） | かぼちゃかん | チヂミ（小松菜・豆腐・ごま） | 米粉の甘酒蒸しパン |
| | 28(日) | 29(月) | 30(火) | 31(水) | | | |
| 午前 | | | | | | | |
| 昼食 | | 和風トマトライス（カレー）、きゅうりと長芋のさっぱり漬け、オレンジ | 御飯、みそ汁（キャベツ・油あげ）、魚とかぼちゃの新たまねぎ和え、ゆでいんげん、りんご | 御飯、マーボー豆腐（キッズ）、もやしのナムル、さつま芋の甘煮 | | | |
| 午後 | | 米粉蒸しパン・黒糖、スキムミルク | おにぎり（昆布） | おやつ小魚（ごま）、バナナ | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |