

組 様
 子どもさんのアレルギー対応に印をつけて
 4月24日(水)までに提出して下さい

5月予定および献立表

2024年4月19日
 立売堀敬愛保育園

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 水		ブリの竜田揚げ/添野菜 おかか和え みそ汁	ブリ、生姜、酒、みりん、焼肉のたれ、片栗粉、サラダ油/もやし、鶏がら、ごま油、塩 小松菜、キャベツ、人参、さつま揚げ、かつお節、みりん、三温糖、醤油 じゃが芋、しめじ、青ねぎ、味噌	●プリン ●マリー ●牛乳 プリンミクス、グラニュー糖
2 木	体育遊び	こいのぼりライス 南瓜サラダ ゼリー	牛肉、玉葱、人参、しめじ、サラダ油、ケチャップ、トマトピューレ、マヨドレ、海苔、ルウ じゃが芋、南瓜、胡瓜、人参、ハム、マヨドレ、塩 ミニゼリー	柏餅風蒸しパン ●牛乳 HM、BP、上白糖、サラダ油 豆乳、ほうれん草、こしあん
3 金	憲法記念日			
4 土	みどりの日			
5 日	こどもの日			
6 月	振替休日			
7 火	くま組 制服登園	鮭の塩焼き/添野菜 ひじきの煮物 みそ汁	鮭、酒、塩、サラダ油/キャベツ、ゆかり ひじき、人参、さつま揚げ、白滝、いんげん、サラダ油、上白糖、醤油、みりん 豆腐、えのき、青ねぎ、味噌	★●バナナケーキ ●牛乳 薄力粉、無塩バター、鶏卵 BP、三温糖、豆乳ホイップ スキムミルク、バナナ
8 水	花まつり	牛肉のオイスターソテー 春雨サラダ ★卵とクリームコンスープ	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、にんにく、生姜、塩、醤油、サラダ油 春雨、きゅうり、人参、もやし、ハム、酢、三温糖、醤油、ごま油 鶏卵、クリームコーン、青ねぎ、鶏がら、塩、酒、片栗粉	豆腐ドーナツ ●牛乳 豆腐、きな粉、豆乳 HM、三温糖、サラダ油
9 木	体育遊び シーツ交換 (ひよこさぎくま)	●揚げタンドリーチキン/添野菜 じゃことひじきのサラダ みそ汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、塩、醤油、片栗粉、サラダ油/ほうれん草、醤油、三温糖 じゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、パプリカ、酢、サラダ油、醤油、塩 南瓜、油あげ、青ねぎ、味噌	●お麩ラスク ●牛乳 おつゆ麩、有塩バター グラニュー糖
10 金	E~たいむ シーツ交換 (りすいぬ)	和風あんかけスパゲティ コーンサラダ フルーツ	スパゲティ、鶏肉、玉葱、しめじ、えのき、醤油、酒、コンソメ、みりん、片栗粉、海苔 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、酢、サラダ油、醤油、塩 バナナ	おはぎ ●牛乳 もち米、こしあん、きな粉 三温糖、塩
11 土	幼児 弁当日	炒飯 中華風酢の物 わかめスープ	豚肉、人参、玉葱、小松菜、サラダ油、醤油、鶏がら、ごま油、塩 胡瓜、もやし、カニカマ、人参、酢、醤油、三温糖、ごま油 わかめ、玉葱、コーン、鶏がら、醤油、塩、酒	●スイートポテト●牛乳 さつま芋、上白糖、胡麻 無塩バター、牛乳
12 日				
13 月		ラーメン 春巻き フルーツ	中華麺、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、青ねぎ、醤油、鶏がら、塩、酒 春巻き、サラダ油 バイン缶	ひじきおにぎり●牛乳 ひじき、じゃこ、油揚げ 酒、醤油、塩
14 火	えんどう豆むき (きりん)	中華風混ぜご飯 パンサンスウ ワントンスープ	豚肉、生姜、筍、しめじ、人参、ほうれん草、鶏がら、ごま油、醤油 胡瓜、人参、もやし、カニカマ、酢、三温糖、醤油、ごま油 豚ひき肉、餃子の皮、玉葱、干椎茸、人参、ニラ、鶏がら、醤油、酒、ごま油	フルーツ寒天 せんべい●牛乳 フルーツ寒天、粉寒天、上白糖 フルーツジュース
15 水		豆ごはん/鯖の西京焼き 胡麻和え すまし汁	えんどう豆、酒、塩/鯖、味噌、三温糖、みりん、酒 キャベツ、胡瓜、竹輪、人参、みりん、三温糖、醤油、胡麻 豆腐、えのき、みつば、醤油、塩、酒	だしシャカポテト ●牛乳 フライドポテト、サラダ油 顆粒だし
16 木	体育遊び	★おから入りハンバーグ/添野菜 磯和え みそ汁	合挽肉、玉葱、おから、ひじき、鶏卵、パン粉、塩、ケチャップ、ウスターソース、三温糖、片栗粉/ミニトマト キャベツ、ほうれん草、人参、海苔、醤油、みりん、三温糖 南瓜、玉葱、青ねぎ、味噌	●シリアルクッキー●牛乳 HM、無塩バター、牛乳 上白糖、レーズン コーンフレーク
17 金	E~たいむ 習字(きりん)	豚肉のしぐれ煮 ポテトサラダ みそ汁	豚肉、白滝、牛蒡、人参、玉葱、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、生姜 じゃが芋、胡瓜、コーン、人参、ツナ、マヨドレ、塩 しめじ、キャベツ、青ねぎ、味噌	シナモン揚げパン●牛乳 無塩NEGロール、シナモン グラニュー糖、サラダ油
18 土		チキンピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ/フルーツ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、サラダ油、コンソメ、塩 ブロッコリー、胡瓜、コーン、サラダ油、酢、塩、醤油 玉葱、しめじ、燻製やウインナー、コンソメ、塩、パセリ/みかん缶	●芋もち ●牛乳 じゃが芋、ハム、有塩バター 片栗粉、塩、醤油、チーズ
19 日				

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
20 月		鶏肉の胡麻風味焼き/添野菜 キャベツとバインサラダ みそ汁	鶏肉、醤油、みりん、酒、練りごま、胡麻、ごま油/ほうれん草、醤油、三温糖 キャベツ、パイン、胡瓜、レーズン、サラダ油、酢、醤油、塩 油揚げ、もやし、青ねぎ、味噌	マカロニきな粉 ●牛乳 マカロニ、きな粉、塩、三温糖
21 火	春の遠足 (いぬ きりん)	麻婆丼 ナムル サンラータン	豚ひき肉、豆腐、玉葱、ニラ、青ねぎ、サラダ油、オイスターソース、甜麺醬、味噌、酒、三温糖、鶏がら、片栗粉 もやし、人参、ほうれん草、ごま油、醤油、三温糖、胡麻 豚肉、人参、筍、干椎茸、春雨、鶏がら、醤油、塩、酢、片栗粉	●マシュマロおこし ●牛乳 コーンフレーク マシュマロ、無塩バター
22 水	春の遠足 (くま)	●鯖のクリームコーン焼き/添野菜 ツナサラダ きのこスープ	鯖、粉チーズ、マヨドレ、クリームコーン、パセリ/ブロッコリー、塩、サラダ油 ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、サラダ油、塩、醤油 しめじ、えのき、じゃが芋、コンソメ、塩	オレンジケーキ ●牛乳 HM、BP、上白糖、豆乳 オリーブ油、マーレドジャム オレンジジュース
23 木	体育遊び シーツ交換 (ひよこさぎくま)	豚肉のブルコギ炒め カニカマサラダ ★ニラスープ	豚肉、玉葱、人参、チンゲン菜、春雨、しめじ、生姜、にんにく、みりん、醤油、ごま油 胡瓜、人参、カニカマ、キャベツ、サラダ油、ごま油、酢、醤油、塩 鶏卵、ニラ、コーン、胡麻、鶏がら、酒、醤油、塩	●ミートサンド ●牛乳 食パン、牛ひき肉、玉葱、人参 サラダ油、ケチャップ、片栗粉 ウスターソース、上白糖
24 金	E~たいむ 習字(きりん) シーツ交換(りすいぬ)	★●パン/フルーツ ●クリームシチュー さきいかサラダ	パン/オレンジ 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、サラダ油、牛乳、スキムミルク、ルウ さきいか、胡瓜、キャベツ、パプリカ、コーン、酢、サラダ油、塩、醤油	鯖缶炊き込みご飯●牛乳 もち米、鯖缶、しめじ 人参、油揚げ、塩昆布
25 土	幼児 弁当日	カレー南蛮うどん 平天と野菜の煮物 フルーツ/ゼリー	うどん、鶏肉、蒲鉾、青ねぎ、干椎茸、醤油、みりん、三温糖、片栗粉、ルウ さつま揚げ、大根、人参、干椎茸、じゃが芋、いんげん、みりん、三温糖、醤油 黄桃缶/ミニゼリー	●キャラメルラスク ●牛乳 食パン、グラニュー糖 豆乳ホイップ
26 日				
27 月		鶏肉のヤンニョム風/添野菜 大根サラダ ビーフンスープ	鶏肉、片栗粉、サラダ油、にんにく、ケチャップ、醤油、みりん、サラダ油、胡麻/ブロッコリー、酢、サラダ油、醤油、塩 大根、胡瓜、人参、コーン、醤油、塩、サラダ油、酢 ビーフン、玉葱、わかめ、鶏がら、醤油、酒、塩、ごま油	●セサミトースト ●牛乳 食パン、マーガリン グラニュー糖、胡麻
28 火	誕生会	ビーフカレー コールスローサラダ ●ヨーグルト	牛肉、玉葱、じゃが芋、人参、サラダ油、生姜、にんにく、ルウ キャベツ、胡瓜、コーン、パプリカ、塩、酢、醤油、サラダ油 ヨーグルト、上白糖、苺ジャム	★●バースデーケーキ●牛乳 スポンジケーキ、豆乳ホイップ 上白糖、メロンジュース、食紅 キウイ、みかん缶、パイン缶
29 水	避難訓練	菜飯/鯖のソース煮 マカロニサラダ みそ汁	菜飯の素、酒/鯖、生姜、ウスターソース、三温糖、酒、醤油 マカロニ、胡瓜、人参、ハム、コーン、マヨドレ、塩 油あげ、もやし、青ねぎ、味噌	●ココア蒸しパン ●牛乳 HM、牛乳、スキムミルク 有塩バター、上白糖 ココア、BP
30 木	体育遊び	筑前煮 切り干し大根の胡麻和え みそ汁	鶏肉、牛蒡、筍、蓮根、板蕪、干椎茸、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、サラダ油 切り干し大根の胡麻和え 切干大根、じゃこ、人参、ほうれん草、上白糖、醤油、胡麻 さつま芋、厚揚げ、青ねぎ、味噌	★●お好み焼き ●牛乳 お好み焼き粉、豚肉、キャベツ 長芋、竹輪、BP、青ねぎ、鶏卵 青のり、かつお節 お好み焼きソース
31 金	E~たいむ	ガパオライス 大豆サラダ 春雨スープ	豚ひき肉、人参、玉葱、ピーマン、パプリカ、バジル、にんにく、生姜、ごま油、カレー粉、オイスターソース、醤油、塩 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、醤油、塩、サラダ油 春雨、玉葱、干椎茸、青ねぎ、塩、醤油、鶏がら、酒	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、上白糖 フルーツカクテル缶 ★●バームクーヘン

- は乳、★は卵を使用している献立です
(対象の食材を太字で表記しています)
- ・献立は仕入れ等の状況により若干変更する場合があります
- ・HM=ホットケーキミックス、BP=ベーキングパウダー
- ・合わせだしは、かつおと昆布を使用しています
- ・玄米は、りす組さんから提供します

朝おやつ・延長用おやつ
 星たべよ、アンパンマンせんべい、源氏パイ、ぱりんこ
 ぼたぼた焼き、リッツ、●ビスコ、●ミルククッキー
 ●ハーベスト、●マリー等を交互に提供します
 延長用のおやつはアレルギーの無いものを提供します
 他の物を提供する際には掲示にて周知させていただきます
 * 林檎は加熱して提供しています

今月の一人当たりの栄養素(3歳以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	575	21.5	16.0	260	2.5	213	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	559	19.8	17.8	223	2.0	183	0.3	0.4	23	4.2	1.7