

5月 給食予定献立表



2024年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤・血や肉を作る	緑・体の調子を整える	黄・熱や力の元になる
1	水	牛乳 お野菜ビスケット	えんどうご飯 豚肉のしぐれ煮 キャベツのじゃこ和え 豆腐のすまし汁		お茶 フルーツヨーグルト	豚肉 ちりめんじゃこ 豆腐 ヨーグルト	えんどう豆・玉ねぎ・人参 しょうが・キャベツ わかめ・みつば パイン缶・みかん缶	米 糸こんにゃく 上白糖 しょうゆ
2	木	牛乳 たべっこベイビー	こいのぼりチキンライス マカロニサラダ コンソメスープ みかん缶		牛乳 こいのぼりクッキー	コンソメ・鶏肉 ウインナー ベーコン 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル・ケチャップ アスパラ・のり・人参 インゲン・コーン パセリ・みかん缶	米・なたね油・マカロニ エッグケア・小麦粉・上白糖 有塩バター・グリーンティ ココア・ストロベリーソース
3	金		憲法記念日					
4	土		みどりの日					
6	月		振替休日					
7	火	牛乳 マンナビスケット	ゆかりご飯 白身魚のごまマヨ焼き 切干大根の煮物 わかめの味噌汁		牛乳 フライドポテト	ホキ 揚げ 味噌 牛乳	しその香・玉ねぎ フロッコリー・切干大根 人参・干し椎茸 わかめ・青のり	米・エッグケア・ごま しょうゆ・上白糖・みりん なたね油・おつゆ麩 カットポテト・植物油
8	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏肉の香味焼き ほうれん草のじゃこ和え 豆腐の味噌汁		牛乳 マシュマロサンド	鶏肉・ちりめんじゃこ 豆腐 味噌 牛乳	しょうが・ねぎ アスパラ・ほうれん草 人参 玉ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・ごま油 なたね油・ルヴァンクラッカー マシュマロ
9	木	牛乳 たべっこベイビー	昆布ご飯 味噌ラーメン チンゲン菜のナムル		牛乳 ジャムマフィン	豚肉 鶏がらだし 味噌 牛乳	塩昆布・人参 コーン・白菜 玉ねぎ・ねぎ チンゲン菜	米・中華そば・ごま しょうゆ・上白糖 ごま油・小麦粉 なたね油・いちごジャム
10	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン 春野菜シチュー フロッコリーのサラダ バナナ		お茶 わかめおにぎり	ウインナー 牛乳	春キャベツ・新玉ねぎ 人参・しめじ コーン・フロッコリー バナナ・わかめ御飯(鮭)	ロールパン・新じゃがが芋 クリームシチュールー 和風ドレッシング 米
11	土	牛乳 星たべよ	鮭ピラフ ジャーマンポテト コンソメスープ		牛乳 味しらべ	鮭フレーク コンソメ ウインナー 牛乳	玉ねぎ・人参 インゲン パセリ 大根	米・なたね油 しょうゆ じゃが芋 味しらべ
13	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 チャブチ 餃子 玉子スープ		牛乳 ココアのパウダーケーキ	豚肉・鶏がらだし 餃子 鶏卵 牛乳	玉ねぎ・人参 ピーマン 干し椎茸 ごま油・小麦粉 有塩バター・ココア ねぎ	米・春雨・しょうゆ 上白糖・ごま ごま油・小麦粉 有塩バター・ココア
14	火	牛乳 マンナビスケット	☆総菜メニュー☆ 菜飯 きつねうどん フロッコリーのごま和え		牛乳 大学芋	揚げ かまぼこ 牛乳	菜のし・素 わかめ 人参 フロッコリー	米・うどん・しょうゆ 上白糖・みりん ごま・さつま芋 なたね油・黒ごま
15	水	牛乳 お野菜ビスケット	牛丼 ひじきの煮物 麩の味噌汁		牛乳 きな粉バナナ	牛肉・揚げ 味噌 牛乳 きな粉	玉ねぎ・白ねぎ ひじき・人参 ねぎ バナナ	米・上白糖 みりん・しょうゆ 突きこんにゃく・なたね油 おつゆ麩
16	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 鶏のバーベキューソースがらめ アスパラとコーンのサラダ コンソメスープ		牛乳 フルーツポンチ	鶏肉 コンソメ 牛乳	しょうが・りんご・にんにく パセリ・フロッコリー・アスパラ コーン・人参・キャベツ 玉ねぎ・みかん缶・白桃缶	米・片栗粉 上白糖・しょうゆ なたね油・エッグケア 寒天
17	金	牛乳 マンナウエハース	ご飯 さばの照り焼き 白菜のお浸し 大根の味噌汁・りんご		牛乳 メープル蒸しパン	さば・さつま揚げ 味噌 牛乳 豆乳	しょうが・フロッコリー 白菜・人参 大根・玉ねぎ ねぎ・りんご	米・上白糖 しょうゆ・みりん 小麦粉・なたね油 メープルシロップ
18	土	牛乳 星たべよ	チャーハン もやしのナムル 中華スープ		牛乳 ビスコ	豚ミンチ 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン もやし チンゲン菜	米・なたね油 しょうゆ・ごま 上白糖・ごま油 ビスコ
20	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さわらの西京焼き フロッコリーのサラダ えのまのすまし汁		お茶 お好み焼き	さわら・白味噌 豚ミンチ 鶏卵 かつお節	インゲン・フロッコリー・人参 コーン・えのき 玉ねぎ・ねぎ キャベツ・青のり	米・みりん・上白糖 なたね油・ごまだれ しょうゆ・天かす 小麦粉・お好みソース
21	火	牛乳 マンナビスケット	コンライス 焼きそば チキンナゲット じゃが芋の味噌汁		牛乳 カルシウムラスク	豚肉・チキンナゲット 味噌 牛乳 粉チーズ	コーン・キャベツ 玉ねぎ・人参 ケチャップ・ねぎ 青のり	米・焼きそば・なたね油 焼きそばソース・お好みソース 植物油・じゃが芋・食パン 無塩バター・ごま
22	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 かいじゅう揚げ キャベツのおかか和え しめじの味噌汁		牛乳 りんご寒天	ウインナー かつお節 味噌 牛乳	かぼちゃ・玉ねぎ 人参・グリーンピース キャベツ 寒天・アップルジュース	米・小麦粉・片栗粉 なたね油・とんかつソース しょうゆ・上白糖 寒天・アップルジュース
23	木	牛乳 たべっこベイビー	ご飯 牛肉とレシコンの甘辛炒め 春雨サラダ わかめスープ		牛乳 あんこブラウニー	牛肉・鶏がらだし 牛乳 豆乳 こしあん	レンコン・玉ねぎ 人参・パプリカ きゅうり わかめ	米・みりん・しょうゆ 上白糖・ごま油・春雨 なたね油・ごま 小麦粉・ココア
24	金	牛乳 マンナウエハース	ボークカレー 豆菜サラダ オレンジ		牛乳 ボン菓子パー	豚肉 大豆 牛乳	玉ねぎ・人参 小松菜 パプリカ オレンジ	米・じゃが芋・カレールー ウスターソース・カレー粉・なたね油 エッグケア・ボン菓子 マシュマロ・無塩バター
25	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 五目うどん 白菜の和え物		牛乳 マリービスケット	鶏肉 かまぼこ ちくわ 牛乳	しその香・玉ねぎ 人参 ねぎ 白菜	米・うどん しょうゆ・みりん 上白糖 マリービスケット
27	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚の野菜あんかけ がんもの煮物 かぼちゃの味噌汁		お茶 フルーチェ	ホキ 小判型がんも 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ 干し椎茸・グリーンピース かぼちゃ ねぎ	米・なたね油 しょうゆ・みりん 上白糖・片栗粉 ブルーチェイ(イチゴ)
28	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 マーボー豆腐 小松菜のおかかマヨ和え 中華スープ		牛乳 ふのきな粉ラスク	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし かつお節・鶏がらだし 牛乳・きな粉	しょうが・玉ねぎ 人参 にら 小松菜	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・エッグケア しょうゆ・おつゆ麩 有塩バター・上白糖
29	水	牛乳 お野菜ビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ピラフ 鶏の唐揚げ フロッコリーのツナサラダ・コンソメスープ		牛乳 マドレーヌ	ベーコン・コンソメ 鶏肉・ツナ ウインナー・牛乳 鶏卵	玉ねぎ・ミックスベジタブル しょうが・フロッコリー 人参・パセリ レモン果汁	米・しょうゆ・みりん 小麦粉・片栗粉 植物油・和風ドレッシング 無塩バター・上白糖
30	木	牛乳 たべっこベイビー	菜飯 冷やしわかめうどん キャベツの和え物 バナナ		牛乳 ジャムパンサンド	かまぼこ 牛乳	菜のし・素・わかめ キャベツ 人参 バナナ	米・うどん 天かす・めんつゆ しょうゆ・上白糖 食パン・いちごジャム
31	金	牛乳 マンナウエハース	豚丼 切干大根のごまサラダ キャベツの味噌汁		牛乳 プリン	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ・しょうが 切干大根・きゅうり 人参・パプリカ キャベツ・ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ ごまだれ プリンミックス

※ 鉄分強化の為、毎週火曜・木曜日に鉄を強化した低脂肪乳を3時のおやつで提供させて頂きます。



★今月の絵本メニューの題材は、「
「うどんやのあたちゃん」です♪



今月の平均給与栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	518kcal	18.4g	17.2g	3.0g	1.6g
幼児	554kcal	19.0g	16.1g	3.8g	1.9g