

# 5月献立表

阿佐谷保育園 1歳

毎食牛乳がつきます。ヨーグルト、牛乳を主とした献立のときは麦茶になります。

2019年度

午前食

午後食

7 21 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・野菜スープ (玉葱、人参、キャベツ、マッシュルーム、なたね油、だし、塩、醤油)</li> <li>・照り焼きハンバーグ (パン粉、玉葱、豚挽肉、牛挽肉、牛乳、砂糖、塩、醤油、みりん)</li> <li>・マカロニサラダ (マカロニ、じゃが芋、人参、胡瓜、ツナ、塩、ノンエッグマヨネーズ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・茶飯おにぎり (米、麦、わかめ、バター、醤油、酒)</li> <li>・具だくさん味噌汁 (玉葱、人参、かぶ、白菜、煮干し、味噌)</li> <li>・厚揚げの煮物 (厚揚げ、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
8 22 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯 ・すまし汁 (長葱、わかめ、豆腐、だし、塩、醤油)</li> <li>・魚の変わり西京焼き (魚、白胡麻、砂糖、味噌、みりん、ノンエッグマヨネーズ)</li> <li>・切干大根煮 (人参、切干大根、油揚げ、大豆、胡麻油、煮干し、砂糖、醤油、みりん)</li> <li>・アスパラガスのおかか和え (アスパラガス、かつお節、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・野菜スープ (じゃが芋、人参、キャベツ、だし、塩、醤油)</li> <li>・マカロニグラタン (マカロニ、小麦粉、玉葱、人参、マッシュルーム、鶏もも肉、牛乳、シュレッドチーズ、バター、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
9 23 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯 ・味噌汁 (小町麦、小松菜、煮干し、味噌)</li> <li>・松風焼き (パン粉、長葱、鶏挽肉、豚挽肉、白すり胡麻、だし、砂糖、味噌)</li> <li>・わかめとピーマンの炒り煮 (ピーマン、わかめ、しらす、胡麻油、砂糖、塩、醤油)</li> <li>・牛ごぼう煮 (ごぼう、牛バラ肉、煮干し、砂糖、醤油、みりん)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鮭おにぎり (米、麦、塩鮭、白胡麻)</li> <li>・蒸し南瓜</li> <li>・野菜スティック (人参、大根、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
10 24 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スープスパゲッティ (スパゲッティ、小麦粉、玉葱、人参、ピーマン、セロリ、マッシュルーム、鶏もも肉、バター、だし、塩、醤油)</li> <li>・ポテトのドライカレー焼き (じゃが芋、玉葱、豚挽肉、シュレッドチーズ、塩、ケチャップ、ソース、カレー粉)</li> <li>・ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わかめおにぎり (米、麦、白胡麻、わかめ)</li> <li>・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、煮干し、味噌)</li> <li>・野菜のおかか和え (人参、アスパラガス、かつお節、だし、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
11 25 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン ・野菜スープ ・マカロニグラタン (11日)</li> <li>・ブロッコリーコーンサラダ ・果物</li> <li>・チキンライス ・野菜スープ (25日)</li> <li>・小松菜サラダ ・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>
13 27 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス (米、麦、小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、セロリ、ピーマン、トマト缶、にんにく、生姜、鶏もも肉、なたね油、バター、だし、塩、醤油、カレー粉)</li> <li>・春雨サラダ (春雨、胡瓜、ハム、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筍おにぎり ・果物 (米、麦、筍、人参、油揚げ、鶏もも肉、昆布、塩、醤油、酒)</li> <li>・野菜のしらすドレッシング和え (人参、大根、しらす、胡麻油、砂糖、醤油、米酢)</li> </ul>
14 28 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・野菜スープ (人参、キャベツ、セロリ、マッシュルーム、なたね油、だし、塩、醤油)</li> <li>・魚のカレームニエル (小麦粉、魚、バター、塩、醤油、酒、カレー粉)</li> <li>・ジャーマンポテト (じゃが芋、玉葱、ベーコン、なたね油、塩)</li> <li>・アスパラガスのおかか和え (アスパラガス、かつお節、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ふりかけおにぎり (米、麦、しらす、かつお節、ゆかり、白胡麻、青のり、わかめ)</li> <li>・けんちん汁 (里芋、人参、大根、長葱、しめじ、油揚げ、豆腐、胡麻油、だし、昆布、塩、醤油、酒)</li> <li>・果物</li> </ul>
15 29 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯 ・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、わかめ、煮干し、味噌)</li> <li>・豆腐ハンバーグ (片栗粉、玉葱、干し椎茸、木綿豆腐、鶏挽肉、砂糖、塩、醤油、みりん)</li> <li>・ひじきの炒り煮 (人参、長ひじき、油揚げ、鶏もも肉、なたね油、煮干し、砂糖、醤油、みりん)</li> <li>・小松菜とツナの胡麻和え (小松菜、ツナ、白すり胡麻、ノンエッグマヨネーズ、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・ミネストローネ (マカロニ、小麦粉、玉葱、人参、かぶ、キャベツ、ブロッコリー、トマト缶、豚挽肉、ベーコン、なたね油、だし、砂糖、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
16 30 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯 ・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、わかめ、煮干し、味噌)</li> <li>・魚の蒲焼き (小麦粉、片栗粉、魚、なたね油、だし、砂糖、醤油、酒)</li> <li>・キャベツのささみ和え (キャベツ、青菜、コーン、鶏ささみ、胡麻油、だし、塩、醤油、酒)</li> <li>・白滝と人参の炒り煮 (白滝、人参、白胡麻、胡麻油、砂糖、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンピラフおにぎり (米、麦、玉葱、人参、コーン、グリーンピース、鶏もも肉、なたね油、塩、ケチャップ)</li> <li>・野菜スティック (人参、大根、昆布、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
17 31 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込みうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、長葱、小葱、しめじ、干し椎茸、豆腐、鶏もも肉、なたね油、昆布、だし、塩、醤油、みりん)</li> <li>・車麩の煮揚げ (車麩、小麦粉、砂糖、塩、醤油、酒)</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鮭おにぎり (米、麦、塩鮭、白胡麻)</li> <li>・味噌汁 (じゃが芋、玉葱、煮干し、味噌)</li> <li>・野菜のおかか和え (人参、アスパラガス、かつお節、だし、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
18 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピラフ ・ナムル (18日)</li> <li>・野菜スープ ・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>
20 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚丼 (米、麦、片栗粉、じゃが芋、白滝、玉葱、人参、小葱、豚もも肉、なたね油、だし、砂糖、醤油、みりん、酒)</li> <li>・小松菜のナムル (人参、小松菜、もやし、コーン、胡麻油、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>・煮豆 (金時豆、砂糖、塩、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・しらすおにぎり (米、麦、しらす、白胡麻、塩)</li> <li>・味噌汁 (玉葱、大根、煮干し、味噌)</li> <li>・野菜の煮物 (人参、かぶ、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

※土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。

## 今月使用している旬の食材

アスパラガス、かぶ、南瓜、キャベツ、きゅうり、グリーンピース、玉葱、ピーマン、じゃが芋