

第一保育所 5月の献立



午前おやつ				午後おやつ						
日	曜日	離乳	乳児	離乳	乳児	主な食材		kcal	塩分	
1	木	魚 せんべい	ぼたぼた 焼き	ごはん、エビマヨネーズ、お浸し、 わかめスープ	ひじき せんべい	動物 ビスケット	米//エビフリッター、ブロッコリー、ケチャップ、マ ヨネーズ//小松菜、人参、竹輪//玉葱、えのき、わか め	牛乳	504	1.6
2	金	ハイハイ 野菜	サッポロ ポテト	チキンライス、ポテトサラダ、 コンソメスープ	子供の日の おやつ	子供の日の おやつ	米、鶏肉、玉葱、人参、グリーンピース、ケチャップ// じゃが芋、卵、胡瓜、ハム、マヨネーズ//玉葱、チン ゲン菜、コーン//寒天、水ようかん、フルーツ缶	牛乳	459	0.9
7	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	菜飯、コロッケ、 ブロッコリーコンソメ和え、味噌汁	ハイハイ	ハーベスト	米、菜飯の素//コロッケ//ブロッコリー、人参、コー ン//白菜、麩、わかめ	牛乳	468	1.8
8	木	魚 せんべい	ハッピー ターン	カレーライス、ツナサラダ、 フルーツヨーグルト	ひじき せんべい	ムーン ライト クッキー	米//鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//いんげ ん、もやし、人参、ツナ、ドレッシング//みかん缶、 パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	535	1.3
9	金	ハイハイ 野菜	ベジタべる	ごはん、ふりかけ、煮魚、 ほうれん草のお浸し、味噌汁	バナナ	豆乳 きな粉餅	米//ふりかけ//赤魚//ほうれん草、人参、鯉節//豆 腐、白菜、わかめ//豆乳、きな粉	牛乳	447	1.9
10	土	おかし	おかし	そぼろ丼、スパゲティサラダ、吸物	おかし	おかし	米、鶏ミンチ、グリーンピース//スパゲティ、胡瓜、 人参、コーン、マヨネーズ//麩、わかめ、葱	牛乳	450	2.0
12	月	ハイハイ	星たべよ	ゆかりごはん、チキンカツ、 ミモザサラダ、味噌汁	さつま芋煮	麩ラスク	米、ゆかり//チキンカツ//ブロッコリー、人参、卵、 マヨネーズ//里芋、葱、わかめ//麩、マーガリン（植 物性）	牛乳	498	1.5
13	火	ひじき せんべい	かっぱ えびせん	焼きそば、青のり粉ふき芋、卵スープ	野菜 スナック	ココナツ サブレ	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//じゃ が芋、青のり//卵、玉葱、人参、チンゲン菜	牛乳	433	1.8
14	水	おこめ せんべい	白い風船	ごはん、魚の甘酢あんかけ、 ブロッコリーナムル、味噌汁	ベビー ダノン	りんご 寒天	米//カレイ、玉葱、人参、ピーマン//ブロッコリー、 人参//麩、オクラ、葱//リンゴジュース、寒天	牛乳	477	1.3
15	木	魚 せんべい	ぼたぼた 焼き	ごはん、親子煮、 小松菜とさつま揚げの煮浸し、味噌汁	バナナ	バナナ	米//鶏肉、卵、玉葱、人参、しいたけ、いんげん//小 松菜、さつま揚げ、人参、鯉節//なす、玉葱、油揚げ //バナナ	牛乳	451	2.1
16	金	ハイハイ 野菜	とんがり コーン	ごはん、カレー風味炒り豆腐、 ほうれん草ごま和え、けんちん汁	魚 スナック	動物 ビスケット	米//豆腐、人参、ツナ、玉葱、卵、グリーンピース、カ レー粉//ほうれん草、人参、もやし//鶏肉、里芋、大 根、人参、ごぼう、葱	牛乳	486	1.1
17	土	おかし	おかし	五目うどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ	おかし	おかし	うどん、ほうれん草、人参、しいたけ、わかめ、葱// 竹輪、青のり、天ぷら粉//パイン缶	牛乳	453	2.0
19	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、サワラの西京焼き、 マカロニサラダ、吸物	ベビー ダノン	フルーチェ	米//鯖//マカロニ、ミックスベジタブル、マヨネーズ //なると、葱、麩//フルーチェの素、牛乳	牛乳	487	1.8
20	火	ひじき せんべい	カニチップ	パン、鶏肉レモンソースからめ、 ツナサラダ、コーンポタージュ	魚 スナック	ハーベスト	パン//鶏肉、レモン果汁//ブロッコリー、人参、ツ ナ、ドレッシング//コーンスープの素	牛乳	564	2.6
21	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	野菜たっぷりカレー、フライドポテト、 フルーツヨーグルト	野菜 スナック	ムーン ライト クッキー	米、豚肉、南瓜、玉葱、人参、コーン、カレー粉//フ ライドポテト//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナ ナ、ヨーグルト	牛乳	525	1.6
22	木	魚 せんべい	ハッピー ターン	スパゲティナポリタン、 かにかまサラダ、レタススープ	ひじき せんべい	ぶどう 寒天	スパゲティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、しめじ、 ケチャップ//いんげん、人参、かにかま、ドレッシング //玉葱、人参、レタス//ぶどうジュース、寒天	牛乳	437	1.4
23	金	ハイハイ 野菜	ベジタべる	菜飯、肉じゃが、 ほうれん草シラス和え、味噌汁	南瓜煮	きな粉 蒸しパン	米、菜飯の素//牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリン ピース//ほうれん草、もやし、人参、しらす//豆腐、 わかめ、葱//ホットケーキミックス、きな粉	牛乳	472	1.9
24	土	おかし	おかし	にゅうめん、大根とツナの煮物、 フルーツ	おかし	おかし	そうめん、玉葱、ほうれん草、わかめ、なると//大 根、人参、いんげん、ツナ//黄桃缶	牛乳	528	2.2
26	月	ハイハイ	星たべよ	ゆかりごはん、白身魚フライ、 春雨サラダ、味噌汁	ベビー ダノン	杏仁 フルーツ	米、ゆかり//白身魚フライ//春雨、胡瓜、人参、コー ン、マヨネーズ//麩、わかめ、葱//杏仁缶、みかん 缶、パイン缶	牛乳	510	1.5
27	火	ひじき せんべい	かっぱ えびせん	ごはん、肉団子の甘酢あん、ナムル、 スープ	魚 スナック	雪の宿	米//ミートボール、玉葱、ピーマン、人参//ほうれん 草、もやし、人参//玉葱、しめじ、わかめ	牛乳	433	1.2
28	水	おこめ せんべい	白い風船	野菜ラーメン、えびしゅうまい、 フルーツ	野菜 スナック	バーム クーヘン	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、葱//えび しゅうまい//オレンジ	牛乳	520	2.3
29	木	魚 せんべい	ぼたぼた 焼き	ごはん、鶏肉の味噌炒め、大根サラダ、 吸物	ひじき せんべい	ビスコ	米//鶏肉、玉葱、キャベツ、人参、ピーマン//大根、 胡瓜、人参、ツナ、ドレッシング//豆腐、えのき、葱	牛乳	475	1.3
30	金	ハイハイ 野菜	とんがり コーン	ごはん、豆腐の中華煮、 ブロッコリーおかか和え、わかめスープ	バナナ	豆腐 黄桃 ケーキ	米//豆腐、豚肉、玉葱、人参、青梗菜、しいたけ//ブ ロッコリー、人参、かつお節//玉葱、なると、わかめ //ホットケーキミックス、豆腐、黄桃缶、マーガリン （植物性）	牛乳	509	1.2
31	土	おかし	おかし	卵うどん、コールスローサラダ、 フルーツ	おかし	おかし	うどん、卵、玉葱、人参、葱//キャベツ、コーン、人 参、マヨネーズ、レモン果汁//みかん缶	牛乳	412	1.6

・離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
 ・材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。
 ☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。
 ☆マヨネーズは特定原材料7品目、カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

