2024年5月 献立表

仁川ウエル保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
おにぎりピクニック キンダー、ラップおにぎりを作ります。 三色食品群 黄色:ちからになるたべもの 赤色:ちやほねになるたべもの 緑色:からだのちょうしをととのえるたべもの それぞれの色の食材から選んで、バランスよく美味しいおにぎりを作ります。	5月のメニュー フルーツに生のパイナップル・キウイフルーツがでます。アレルギーなど気になる方は、お家で食べる経験をお願いします。 キンダーでは、おかずを自分で食べきれる量を入れてもらい席に運びます。左にご飯茶碗、右に汁椀、真ん中におかず皿を並べて食べます。お家でも食卓の並べ方を意識して見てください。	1 胚芽入りご飯 米 胚芽米 回鍋肉 豚肉 にんじん キャベツ ピーマン 赤みそ みそ 砂糖 しょうゆ 粉ふき芋 じゃがいも あおのり 食塩 スープ わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩 コーンチーズパン ホットケーキ粉 コーン 粉チーズ グラニュー糖 豆乳 チーズ 牛乳 牛乳	2 カレーピラフ 米 水 コンソメ 食塩 こしょう カレー粉 にんじん たまねぎ ピーマン 鶏もも 野菜のクリームスープ にんじん たまねぎ いんげん じゃがいも コーン ゆで大豆 ウインナー 油 水 牛乳 コンソメ 食塩 片栗粉 バナナ バナナ マーマレードホイップサンド 食パン マーマレード 生クリーム 牛乳 牛乳	3 休園	4 休園
6 休園	7 お弁当日 ココアパンケーキ ホットケーキ粉 牛乳 無塩バター ココア 砂糖 牛乳 牛乳	8 胚芽入りご飯 米 胚芽米 鮭のみそマヨ焼き さけ みそ マヨネーズ 切干し大根の煮物 切り干しだいこん 油揚げ 干ししいたけ にんじん いんげん しょうゆ 砂糖 かつお・昆布だし汁 すまし汁 はくさい しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩 砂糖 カレーサモサ じゃがいも 春巻きの皮 ウインナー たまねぎ カレー粉 食塩 牛乳 牛乳	9 胚芽入りご飯 米 胚芽米 ポークチャップ 豚肉 たまねぎ にんにく 油 ケチャップ 中濃ソース 砂糖 しょうゆ コンソメ グリンピース キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり コーン ハム マヨネーズ 食塩 みそ汁 かぼちゃ たまねぎ わかめ かつおだし汁 みそ あんバタートースト 食パン バター こしあん 牛乳 牛乳	10 胚芽入りご飯 米 胚芽米 油淋鶏 鶏もも 食塩 こしょう 片栗粉 油 ねぎ たまねぎ しょうゆ 酢 砂糖 水 チンゲン菜の中華和え チンゲンサイ にんじん もやし ちくわ ごま油 食塩 しょうゆ 中華コーンスープ クリームコーン しいたけ にんじん 卵 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉 フルーツヨーグルト ヨーグルト みかん缶 パイン缶 バナナ 砂糖 牛乳 牛乳	11 鶏てりやき丼 米 鶏もも たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 みそ汁 はくさい たまねぎ 油揚げ わかめ かつお・昆布だし汁 みそ オレンジ オレンジ おさつバター さつまいも 無塩バター 砂糖 牛乳 牛乳
13 肉うどん 干しうどん 豚肉 たまねぎ にんじん ごぼう しょうゆ 砂糖 食塩 かつお・昆布だし汁 わかめの和風サラダ わかめ きゅうり ちくわ しょうゆ 酢 砂糖 油 食塩 パイナップル パイナップル おかかチーズおにぎり 米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩 麦茶 麦茶	14 おにぎりピクニック♪ おにぎり（小松菜・じゃこ） 米 こまつな しらす干し 食塩 しょうゆ おにぎり（とりそぼろ・たけのこ） 米 鶏ひき肉 にんじん たけのこ 砂糖 しょうゆ 食塩 バナナ バナナ きな粉ドーナツ ホットケーキ粉 木綿豆腐 砂糖 きな粉 油 牛乳 牛乳 牛乳	15 胚芽入りご飯 米 胚芽米 鶏肉の照り焼き 鶏もも 片栗粉 油 しょうゆ 砂糖 大根とじゃがいものそぼろ煮 だいこん じゃがいも にんじん 豚ひき肉 かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉 みそ汁 わかめ たまねぎ えのき かつお・昆布だし汁 みそ フレンチトースト 食パン 卵 砂糖 牛乳 牛乳 牛乳	16 キーマカレー 米 豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ブロッコリー アスパラガス にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールウ フレンチサラダ キャベツ きゅうり にんじん ハム 酢 砂糖 オリーブ油 食塩 こしょう キウイフルーツ キウイフルーツ ソーセージパイ パイシート ウインナー 牛乳 牛乳	17 胚芽入りご飯 米 胚芽米 さばの竜田揚げ さば しょうが しょうゆ 片栗粉 油 マカロニサラダ マカロニ ウインナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ みそ汁 たまねぎ しめじ あおさ かつお・昆布だし汁 みそ フルーツゼリー ゼラチン 水 砂糖 みかん缶 バナナ パイン缶 もも缶 牛乳 牛乳	18 カレーうどん 干しうどん 豚肉 たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ かつおだし汁 カレールウ しょうゆ 砂糖 食塩 片栗粉 キャベツとツナのサラダ キャベツ もやし ツナ コーン 食塩 マヨネーズ バナナ バナナ 梅とおかかのおにぎり 米 うめ干し しらす かつお節 しょうゆ 食塩 麦茶 麦茶
20 胚芽入りご飯 米 胚芽米 豚肉とアスパラのごま炒め 豚肉 たまねぎ アスパラガス ねぎ しょうが にんにく 油 砂糖 しょうゆ ごま ブロッコリーの梅和え きゅうり ブロッコリー うめ干し かつお節 しょうゆ 砂糖 みそ汁 さつまいも たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ セサミクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 ごま 牛乳 牛乳	21 西ノ原けいさんbirthdayリクエストメニュー 胚芽入りご飯 米 胚芽米 かれいのバターしょうゆ焼き かれい バター しょうゆ コロコロサラダ じゃがいも ウインナー きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 食塩 かき玉汁 たまねぎ 卵 ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩 砂糖 片栗粉 オレンジ オレンジ バナナケーキ ココア 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 バター バナナ 牛乳 牛乳	22 三色丼 米 鶏ひき肉 しょうが 砂糖 しょうゆ 油 卵 砂糖 食塩 油 ほうれんそう しょうゆ 焼きのり キャベツのおかか和え キャベツ にんじん ちくわ 砂糖 しょうゆ かつお節 みそ汁 木綿豆腐 あおさ たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ パイナップル パイナップル 焼きそば ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ ピーマン にんじん もやし 油 鶏ガラスープ 中濃ソース 食塩 こしょう あおのり 麦茶 麦茶	23 コッペパン コッペパン ウインナー いちごジャム ブルーベリージャム 生クリーム バター こしあん チーズ カレー風味マヨサラダ キャベツ きゅうり にんじん ハム コーン マヨネーズ 食塩 こしょう カレー粉 コーンスープ クリームコーン コーン たまねぎ 牛乳 コンソメ 食塩 水 パセリ粉 バナナ バナナ じゃことひじきの混ぜご飯 米 しらす干し ひじき にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖 昆布だし汁 麦茶 麦茶	24 シークレットハンバーグ♪ 胚芽入りご飯 米 胚芽米 ハンバーグ 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ こしょう 食塩 パン粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 はるさめサラダ はるさめ きゅうり もやし ハム にんじん 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 みそ汁 キャベツ しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ カルピスゼリー カルピス ゼラチン みかん缶 水 牛乳 牛乳	25 ツナピラフ 米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉 コンソメスープ じゃがいも たまねぎ ウインナー はくさい にんじん コンソメ パセリ粉 食塩 オレンジ オレンジ フルーツヨーグルト ヨーグルト みかん缶 パイン缶 バナナ 砂糖 牛乳 牛乳
27 胚芽入りご飯 米 胚芽米 五目うま煮 凍り豆腐 にんじん 鶏もも じゃがいも 干ししいたけ しょうが いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 白菜のナムル はくさい にんじん もやし ごま しょうゆ ごま油 食塩 すまし汁 焼ふ たまねぎ ねぎ しょうゆ 食塩 砂糖 かつお・昆布だし汁 りんごのパンケーキ ホットケーキ粉 牛乳 無塩バター りんご 牛乳 牛乳	28 高橋りんかさんbirthdayリクエストメニュー ロールパン ロールパン 鮭フライ さけ 小麦粉 パン粉 油 食塩 こしょう ケチャップ ウスターソース 砂糖 ポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん ウインナー 食塩 こしょう マヨネーズ コーンスープ クリームコーン たまねぎ 油 水 コンソメ 食塩 牛乳 パセリ粉 マシュマロコーンフレーク マシュマロ コーンフレーク 無塩バター 牛乳 牛乳	29 シシジューシー 米 豚肉 しょうが にんじん 干ししいたけ 刻み昆布 しょうゆ 砂糖 ポパイサラダ ほうれんそう キャベツ ベーコン コーン オリーブ油 食塩 こしょう けんちん汁 だいこん にんじん ごぼう 木綿豆腐 油揚げ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩 バナナ バナナ ココア蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 ココア 牛乳 牛乳	30 胚芽入りご飯 米 胚芽米 ぶりの照り焼き ぶり しょうゆ 砂糖 ひじきの煮物 ひじき 油揚げ にんじん こんにゃく ゆで大豆 しょうゆ 砂糖 かつおだし汁 みそ汁 キャベツ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ あおのりポテト じゃがいも 食塩 あおのり 油 牛乳 牛乳	31 プルコギ丼 米 豚肉 たまねぎ にんじん にら にんにく ごま油 ごま しょうゆ 砂糖 片栗粉 みそ ブロッコリーとチーズのサラダ ブロッコリー キャベツ チーズ マヨネーズ 食塩 こしょう わかめスープ わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩 オレンジ オレンジ ブルーベリージャムサンド 食パン ブルーベリージャム 牛乳 牛乳	