

# 5月のこんだてひょう

2022年05月



しろま保育園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
02月	午前おやつ	牛乳 クラッカー		牛乳		クラッカー
19木	給食	ポークカレー コールスローサラダ 果物	じゃがいも、小麦粉、油 マヨネーズ	豚肉、バター、牛乳 ハム	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶 いちご	カレー粉、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 食塩、白こしょう
	午後おやつ	きらきらゼリー	星型麩		もも缶	寒天ゼリーの素
06金	保育園で使う味噌は、白馬味噌組合の手作り味噌です。白馬産の大豆を使っています。	ゼリー 肉じゃが きゅうりと春雨のナムル しらすふりかけ みそ汁	じゃがいも、しらたき、きび砂糖 はるさめ、ごま油	豚肉 白ごま しらす干し、白ごま、かつお節 味噌、油揚げ	たまねぎ、にんじん、 きゅうり 焼きのり だいこん、にんじん、ねぎ	ゼリー しょうゆ、かつおだし汁、本みりん、酒 しょうゆ(うすくち)、食塩 煮干し
20金		牛乳 麩のラスク	麩、グラニュー糖	牛乳 バター		
09月		牛乳 マンナビスケット		牛乳		ビスケット
23月		鶏肉の照焼 ブロッコリーのマヨネーズ和え 中華風野菜炒め汁	油、微細米粉、きび砂糖、片栗粉 マヨネーズ ごま油	鶏もも肉 チーズ 味噌	しょうが ブロッコリー、コーン缶 たまねぎ、キャベツ、もやし、ねぎ、にんにく	しょうゆ、みりん 食塩 中華だしの素、食塩
		牛乳 ごへいもち	もち米、米、きび砂糖	牛乳 味噌		みりん
10火	園内に給食室があり給食やおやつを調理員4名で手作りしています。楽しみに登園してきてくれるとうれしいです。	牛乳 バナナ たらのごまサクサク 炒め納豆 さつまいものスープ	マヨネーズ、パン粉、油 油 さつまいも	牛乳 バナナ		
24火		牛乳 コーンフレーククッキー	小麦粉、コーンフレーク、きび砂糖	たら、白ごま 納豆、豚ひき肉、いりたまご ベーコン	牛乳 バター、卵	ウスターソース、食塩 しょうゆ コンソメ、パセリ粉、食塩 干しぶどう
11水	11日は献立検討会です。各クラスの喫食状況について園長、主任保育士、調理員、栄養士と話し合い次月の献立を検討します。	牛乳 ふんわりコーン チキンナゲット ほうれん草とコーンのナムル 豆腐スープ	小麦粉、マヨネーズ ごま油	牛乳 鶏むね肉、鶏ひき肉、卵 白ごま 木綿豆腐	牛乳	ふんわりコーン ケチャップ、しょうゆ、酒、食塩、白こしょう しょうゆ、食塩 中華だしの素、しょうゆ、食塩
25水		11日(水)ヨーグルト 25日(水)牛乳、よもぎだんご	白玉だんご粉、きび砂糖	ヨーグルト(加糖) 牛乳、きな粉、絹ごし豆腐	よもぎ	食塩
12木		牛乳 たまごボーロ		牛乳		たまごボーロ
26木		八宝菜 大学かぼちゃ わかめスープ	片栗粉、ごま油 油、きび砂糖	うずら卵水煮、豚肉 黒ごま 白ごま	はくさい、玉ねぎ、竹の子、にんじん、ピーマン、干しいたけ、しょうが かぼちゃ コーン缶、ねぎ、わかめ	酒、中華だしの素、しょうゆ、食塩 しょうゆ しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩
		牛乳 じゃこトースト	マヨネーズ、食パン	牛乳 しらす干し		
13金	季節の献立の日 キャロットライス、すりおろしたにんじんが入ったオレンジ色の春らしいごはんです。	ヨーグルト キャロットライス 鶏肉の春ドレッシング 果物 すまし汁 ジョア せんべい	米 微細米粉、オリーブ油、きび砂糖	ヨーグルト(加糖) ツナ油漬 鶏もも肉 かまぼこ	牛乳	にんじん、パセリ にんじん、たまねぎ、レモン果汁、にんにく、しょうが いちご はくさい、えのきたけ、ねぎ ジョア せんべい
16月	高野豆腐は良質なたんぱく質、鉄分、カルシウムと豊富な栄養価が詰まった健康的な食品です。	牛乳 動物ビスケット ポテトのチーズ焼き 高野豆腐の煮物 豚汁 ヨーグルト和え	じゃがいも、片栗粉 つきこん、ごま油 砂糖	牛乳 ハム、とろけるチーズ、バター 高野豆腐 豚肉、味噌、油揚げ	牛乳	ビスケット 食塩、白こしょう しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし かつおだし
30月				ヨーグルト(無糖)	バナナ、もも缶、みかん缶	
17火	大きな大きな葉っぱのつくりぶきが白馬のあちらこちらで見られるようになります。あくを抜いて調理します。春の味覚を味わいましょう。	牛乳 せんべい 鮭のかわり西京焼き ふきの煮物 コーンスープ	マヨネーズ、油、きび砂糖 しらたき、油	牛乳 鮭、味噌、バター 油揚げ 牛乳、バター	牛乳	せんべい 本みりん 本みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし コンソメ、食塩、パセリ粉
31火		牛乳 バナナスコーン	ホットケーキ粉、オリーブ油	牛乳	バナナ	
		13日(金) 18日(水) 27日(金)	季節の献立の日 春の遠足 誕生日会	白ごはんはいりません おかず入りのお弁当のご用意をお願いします 白ごはんはいりません		

