
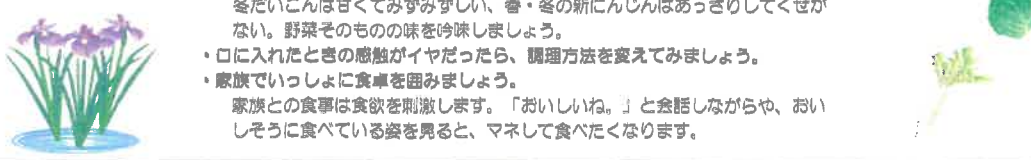


予定献立表・幼児食



曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土
日	<p>■こどもの日・端午の節句 あちらこちらでこいのぼりが元気に泳いでいますね。 昔は、たくましく大きく育つようにと願った男の子の節句でした。 現在は、「こどもの日」として、男女の区別なく成長を祝うようになりました。 子どもたちの健やかな成長をお祝いし、こいのぼりを上げたり、かしわ餅でお祝いしたりします。 このかしわ餅に使われている柏の葉は、新芽が出てくるまで古い葉が落ちないため「家系が絶えない」とことにつながるから、縁起のよいものとされています。</p> 						日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
月	<p>お菓子</p>						月	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園
火	<p>ごはん 白身魚カラフル焼 さわやか漬 味噌汁</p>						火	ごはん 豆腐ツナバーグ ごま人参 味噌汁	ごはん 鶏のレタシしょうゆ煮 三色野菜のマヨ和え 味噌汁	ごはん 白身魚の胡麻味噌焼 高野豆腐の煮物 すまし汁	ごはん コロッケ スティック野菜マヨ添え スープ	肉みそ丼 ナムル フルーツ すまし汁	休園
水	<p>※ かわいい人参・コーン・小豆 マヨネーズ・じゃが芋・きゃべつ・胡瓜 卵・レモン汁・味噌</p>						水	※ 鶏肉・長ねぎ・人参・ひじき 片栗粉・ごま・味噌	※ 鶏肉・長ねぎ・しょうが汁・レモン汁 トマト・きゃべつ・人参・胡瓜 マヨネーズ・味噌	※ じゃが芋・鶏肉・人参・豆腐・小豆 高野豆腐・人参・五輪豆・いんげん	※ じゃが芋・鶏肉・人参・豆腐・小豆 ハン粉・きゃべつ・トマト・大根・胡瓜 人参・マヨネーズ	※ 鶏肉・人参・長ねぎ・小豆 味噌・片栗粉・おやし・胡瓜・ごま フルーツ	休園
木	<p>高野豆腐のパンケーキ 牛乳</p>						水	フレンチトースト 牛乳	鮭おにぎり 牛乳	マカロニミートソース 牛乳	バナナヨーグルト 牛乳	さつま芋あべかわ 牛乳	休園
金	<p>ホットケーキミックス・牛乳・胡瓜 バター</p>						木	食パン・牛乳・バター	※ さけフレク	マカロニ・鶏肉・人参・豆腐 ケチャップ・ウスターソース・バター	バナナ・ヨーグルト	さつま芋・きな粉	休園
土	<p>1杯分 - 504.0 kcal たんぱく質 17.1 g 1杯分 - 527.0 kcal たんぱく質 18.8 g</p>						金	1杯分 - 499.0 kcal たんぱく質 19.0 g 1杯分 - 520.0 kcal たんぱく質 20.8 g	1杯分 - 513.0 kcal たんぱく質 21.1 g 1杯分 - 524.0 kcal たんぱく質 23.3 g	1杯分 - 501.0 kcal たんぱく質 21.6 g 1杯分 - 515.0 kcal たんぱく質 23.6 g	1杯分 - 518.0 kcal たんぱく質 14.3 g 1杯分 - 519.0 kcal たんぱく質 14.9 g	1杯分 - 505.0 kcal たんぱく質 17.3 g 1杯分 - 524.0 kcal たんぱく質 18.7 g	休園
日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
月	みどりの日	こどもの日	振替休日	お菓子	お菓子	休園	月	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園
火	<p>パークカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツ スープ</p>						火	炒め納豆ごはん じゃが芋のきんぴら フルーツ 味噌汁	ごはん 白身魚のごま照焼 大根のそぼろあん 味噌汁	ごはん 豆腐チャンプルー さつま芋ひじき煮 味噌汁	ごはん 肉じゃが 味噌おかか和え すまし汁	ごはん 鶏のオニオンソース 大根と高野豆腐煮 味噌汁	休園
水	<p>※ 豚肉・人参・豆腐・じゃが芋 カレー粉・きゃべつ・胡瓜・コーン マヨネーズ・フルーツ</p>						水	※ 納豆・人参・長ねぎ・納豆 醤油・じゃが芋・いんげん・フルーツ 味噌	※ ほろひじき・ごま・さつま芋・大根 鶏肉・ほうれん草・人参・片栗粉 味噌	※ 豆腐・鶏肉・きゃべつ・おやし 人参・ひじき・さつま芋・味噌	※ 豚肉・人参・豆腐・じゃが芋 白菜・胡瓜・味噌・胡瓜 高野豆腐・いんげん・味噌	休園	
木	<p>ねぎ焼き 牛乳</p>						水	ミックスベリー・ラムシド 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	バナナスコーン 牛乳	ケチャップうどん 牛乳	じゃがもち 牛乳	休園
金	<p>小麦粉・豆腐・長ねぎ・小豆・おやし 人参・ソース</p>						木	食パン・ブルーベリー・ジャム いちごジャム	※ 若芽	ホットケーキミックス・バナナ・牛乳 ケチャップ・ウスターソース	うどん・ツバネ・人参・豆腐・ピーマン じゃが芋・片栗粉・胡瓜のり	休園	
土	<p>1杯分 - 500.0 kcal たんぱく質 14.9 g 1杯分 - 558.0 kcal たんぱく質 17.2 g</p>						金	1杯分 - 499.0 kcal たんぱく質 17.2 g 1杯分 - 529.0 kcal たんぱく質 19.9 g	1杯分 - 500.0 kcal たんぱく質 18.0 g 1杯分 - 519.0 kcal たんぱく質 20.3 g	1杯分 - 475.0 kcal たんぱく質 17.7 g 1杯分 - 501.0 kcal たんぱく質 19.5 g	1杯分 - 496.0 kcal たんぱく質 21.2 g 1杯分 - 518.0 kcal たんぱく質 23.4 g	1杯分 - 499.0 kcal たんぱく質 20.3 g 1杯分 - 529.0 kcal たんぱく質 23.2 g	休園
日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	日	<p>■5月の旬の食材 あじ かつお さくら しらす アスパラガス かぶ きゃべつ グリーンピース きゃえんどう じゃがいも そらまめ レタス キウイ グレープフルーツ なつみかん さくらんぼ</p> <p>■野菜を食べやすくする方法 ● 蕾の強い野菜は、塩もみして水洗いやさっと下茹ですると、蕾りを抜くことができます。 ● 見た目を変えてみましょう。 茹でた野菜（例えば人参）を型抜きすると意外と食べられます。 ● だしをきかせて煮てみましょう。 煮干、干しいだけ、昆布、かつおぶし・・・おいしいだしが出る食材です。 ● 旬の野菜を食べましょう。 冬だいは甘くてみずみずしい、春・冬の新にんじんはあっさりしてくせがない。野菜そのものの味を味わいましょう。 ● ロに入れたときの感触がイヤだったら、調理方法を変えてみましょう。 ● 家族でいっしょに食卓を囲みましょう。 家族との食事は食欲を刺激します。「おいしいね。」と会話しながらや、おいしそうに食べている姿を見ると、マネして食べたくなります。</p> 					
月	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	月	<p>ごはん ポークビーンズ スティック野菜マヨ添え スープ</p>					
火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 金平ごぼろ すまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ味噌あん 人参ツナサラダ すまし汁	ごはん 豚肉の生巻焼 マゼドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	月	<p>※ 豚肉・大豆水・人参・豆腐 じゃが芋・トマト・ケチャップ・大根 胡瓜・マヨネーズ</p>					
水	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 金平ごぼろ すまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ味噌あん 人参ツナサラダ すまし汁	ごはん 豚肉の生巻焼 マゼドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	火	<p>※ 鶏肉・片栗粉・鶏肉・長ねぎ 味噌・小豆・人参・きゃべつ・ツナ 卵</p>					
木	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 金平ごぼろ すまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ味噌あん 人参ツナサラダ すまし汁	ごはん 豚肉の生巻焼 マゼドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	水	<p>※ 鶏肉・片栗粉・鶏肉・長ねぎ 味噌・小豆・人参・きゃべつ・ツナ 卵</p>					
金	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 金平ごぼろ すまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ味噌あん 人参ツナサラダ すまし汁	ごはん 豚肉の生巻焼 マゼドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	木	<p>※ 鶏肉・片栗粉・鶏肉・長ねぎ 味噌・小豆・人参・きゃべつ・ツナ 卵</p>					
土	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼 金平ごぼろ すまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ味噌あん 人参ツナサラダ すまし汁	ごはん 豚肉の生巻焼 マゼドアンサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース さつま芋サラダ スープ	金	<p>※ 鶏肉・片栗粉・鶏肉・長ねぎ 味噌・小豆・人参・きゃべつ・ツナ 卵</p>					
日	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	土	<p>マカロニごきなご 牛乳</p>					
月	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	日	<p>バナナスクエア 牛乳</p>					
火	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	月	<p>ジャムサンド 牛乳</p>					
水	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	火	<p>焼きうどん 牛乳</p>					
木	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	水	<p>◆お楽しみおやつ 牛乳</p>					
金	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	木	<p>うどん・きゃべつ・豆腐・ツナ 人参・青のり</p>					
土	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	金	<p>1杯分 - 512.0 kcal たんぱく質 19.0 g 1杯分 - 549.0 kcal たんぱく質 21.6 g</p>					
日	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	土	<p>1杯分 - 520.0 kcal たんぱく質 17.6 g 1杯分 - 558.0 kcal たんぱく質 19.9 g</p>					
月	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	日	<p>1杯分 - 527.0 kcal たんぱく質 21.6 g 1杯分 - 553.0 kcal たんぱく質 23.3 g</p>					
火	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	月	<p>1杯分 - 482.0 kcal たんぱく質 21.9 g 1杯分 - 502.0 kcal たんぱく質 24.3 g</p>					
水	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	火	<p>1杯分 - 484.0 kcal たんぱく質 19.6 g 1杯分 - 519.0 kcal たんぱく質 21.7 g</p>					
木	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	水	<p>● ホットケーキミックスとマヨネーズは卵不使用のものを使用しております。 ● カレールウとシチュールウは卵・乳製品不使用のものを使用しております ● 味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しております ※尚、天候等の都合により食材材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい</p>					
金	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	木	<p>株式会社 セプト</p>					
土	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	金	<p>株式会社 セプト</p>					
日	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	休園	土	<p>株式会社 セプト</p>					

