

2024年5月

魚卵	卵
献立に不使用	除去対応

予定献立表・幼児食  
【卵、魚卵アレルギー対応】



Happyチャイルド保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土	
日			1	2	3	4	日	20	21	22	23	24	25	
おやつ			お菓子	お菓子			おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	
昼食								豆腐そぼろ丼	ごはん じゃが芋のきんぴら	ごはん 白身魚のごま照焼	ごはん 豆腐チャンプルー	ごはん 豚肉の生姜焼	野菜と挽肉カレー	ごはん 鶏肉の甘酢ソテー
主要食材								米・鶏肉・豆腐・豆乳・玉ねぎ・人参	米・じゃが芋・ごま・かつお節・大根	米・鶏肉・白身魚・ごま・かつお節	米・豆腐・鶏肉・じゃが芋・もやし	米・豚肉・玉ねぎ・しょうが汁	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋	米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉・かつお節
おやつ			スイートポテト	ジャムサンド			おやつ	アップルスコーン	ジャムサンド	ツナおにぎり	フレンチトースト	バナナ豆乳蒸しパン	グレープゼリー	
主要食材			さつまいも・豆乳	食パン・いちごジャム			おやつ	ホットケーキミックス・豆乳	食パン・いちごジャム	米・ツナ缶・人参	食パン・豆乳・マーガリン	ホットケーキミックス・バナナ	アガー・グレープジュース	
1 2 3 4 5			I材料 - 487.0 kcal 蛋白質 18.7 g I材料 - 514.0 kcal 蛋白質 20.7 g	I材料 - 496.0 kcal 蛋白質 17.4 g I材料 - 508.0 kcal 蛋白質 18.7 g			I材料 - 537.0 kcal 蛋白質 19.5 g I材料 - 558.0 kcal 蛋白質 20.7 g	I材料 - 485.0 kcal 蛋白質 19.0 g I材料 - 511.0 kcal 蛋白質 21.4 g	I材料 - 550.0 kcal 蛋白質 22.7 g I材料 - 575.0 kcal 蛋白質 24.3 g	I材料 - 514.0 kcal 蛋白質 20.5 g I材料 - 536.0 kcal 蛋白質 23.5 g	I材料 - 549.0 kcal 蛋白質 16.6 g I材料 - 569.0 kcal 蛋白質 18.5 g	I材料 - 476.0 kcal 蛋白質 16.0 g I材料 - 513.0 kcal 蛋白質 20.2 g		
日	6	7	8	9	10	11	日	27	28	29	30	31		
おやつ		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子		
昼食								ごはん 白身魚カラフル焼	ごはん 豆腐の肉味噌グラタン	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼	ツナケチャップパスタ	ごはん 白身魚の蒲焼		
主要食材								米・たらこ・コーン・人参・小ねぎ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参	米・鶏肉・小麦粉・卵・パセリ	スバタイ・玉ねぎ・ツナ缶・トマト	米・鶏肉・片栗粉・しょうが汁		
おやつ		ツナチート	鮮おにぎり	ツナかつまぐし マカロニ	ホットケーキ	アップルゼリー	おやつ	キャラットケーキ	わかめおにぎり	きなこ蒸しパン	コーンおにぎり	オレンジボンチ		
主要食材		食パン・豆乳・マーガリン	米・さけフレーク	マカロニ・ツナ缶・玉ねぎ・かつまぐし	ホットケーキミックス・豆乳	アガー・りんごジュース	おやつ	ホットケーキミックス・マーガリン	米・わかめ	ホットケーキミックス・豆乳	米・コーン	バナナ・オレンジジュース		
1 2 3 4 5		I材料 - 522.0 kcal 蛋白質 16.9 g I材料 - 532.0 kcal 蛋白質 17.6 g	I材料 - 524.0 kcal 蛋白質 18.0 g I材料 - 538.0 kcal 蛋白質 19.9 g	I材料 - 508.0 kcal 蛋白質 22.3 g I材料 - 524.0 kcal 蛋白質 24.1 g	I材料 - 539.0 kcal 蛋白質 16.1 g I材料 - 563.0 kcal 蛋白質 18.1 g	I材料 - 469.0 kcal 蛋白質 16.2 g I材料 - 511.0 kcal 蛋白質 17.4 g	I材料 - 498.0 kcal 蛋白質 16.9 g I材料 - 540.0 kcal 蛋白質 18.8 g	I材料 - 508.0 kcal 蛋白質 19.3 g I材料 - 542.0 kcal 蛋白質 22.4 g	I材料 - 491.0 kcal 蛋白質 17.9 g I材料 - 545.0 kcal 蛋白質 22.1 g	I材料 - 525.0 kcal 蛋白質 17.6 g I材料 - 570.0 kcal 蛋白質 20.6 g	I材料 - 493.0 kcal 蛋白質 14.7 g I材料 - 516.0 kcal 蛋白質 15.0 g			
日	13	14	15	16	17	18								
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	<p>5月5日はこどもの日で「端午の節句」といいます。もとも中国から伝わった五節句の一つで、ちまきや柏倉餅を食べます。ちまきは一つの聖人「屈原」の忌日(5月5日)にあたり、とむらうたにお米を釜で巻いて蒸したものを供えたのが始まりといわれています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。</p>							
昼食	ギョウザ丼	ごはん 鶏肉のクリーム煮	ごはん 白身魚の胡麻味噌焼	ごはん コロッケ	ごはん 白身魚のサクサク焼	ごはん 大根と鶏肉の照り煮	<p>元気に1日のスタートは朝ご飯から！朝食をしっかり取るためにも、夕食は早めにすませ睡眠中は胃腸を休ませましょう。メニューは、簡単でも栄養バランスを考え、食べやすいものがおすすめです。できるだけ家族そろって楽しく食事することで元気もチャージできます◎</p>							
主要食材	米・豚肉・しょうが汁・じゃが芋	米・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・クリーム	米・たらこ・鶏肉・ごま・かつお節	米・じゃが芋・鶏肉・玉ねぎ・小麦粉	米・鶏肉・白身魚・サクサク焼	米・大根・鶏肉・しょうが汁	<p>◎マヨネーズは糖不使用のものを使用しております。 ◎ホットケーキミックス・カレーうどんとシチューは糖・乳製品不使用のものを使用しております。 ◎味噌汁は純粋だしと味噌、スープ・マヨネーズは純粋だしと醤油を使用しております。 ※りんごは、離乳完了期まで加熱したものを提供しています。 ※糖、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>							
おやつ	マカロニきなこ	わかめおにぎり	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト	そぼろおにぎり	オレンジゼリー								
主要食材	マカロニ・きな粉	米・わかめ	バナナ・ヨーグルト	バナナ・ヨーグルト	米・鶏肉・人参	アガー・オレンジジュース								
1 2 3 4 5	I材料 - 554.0 kcal 蛋白質 20.1 g I材料 - 574.0 kcal 蛋白質 21.6 g	I材料 - 520.0 kcal 蛋白質 19.0 g I材料 - 534.0 kcal 蛋白質 19.9 g	I材料 - 501.0 kcal 蛋白質 19.4 g I材料 - 533.0 kcal 蛋白質 21.5 g	I材料 - 518.0 kcal 蛋白質 15.7 g I材料 - 552.0 kcal 蛋白質 16.7 g	I材料 - 546.0 kcal 蛋白質 18.9 g I材料 - 576.0 kcal 蛋白質 20.1 g	I材料 - 482.0 kcal 蛋白質 19.1 g I材料 - 509.0 kcal 蛋白質 23.1 g								

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。