



軽野保育園

平成28年4月28日発行

日	曜	10時おやつ	材料名	3時おやつ
02	月	オレンジジュース	五目ご飯, 肉団子(卵・乳不使用)ケチャップ味, きゃべつの甘酢和え, すまし汁(かまぼこ、ねぎ、みつば), いちご(2個)	柏餅, 麦茶
06	金	りんごジュース	御飯, 生揚げと野菜のそぼろ煮(鶏肉、玉葱、人参、) ほうれん草のごま和え, もやしとわかめの味噌汁, みかん缶	フルーツヨーグルト(バナナ、パイ)
07	土	野菜ジュース	スパゲティナポリタン, ブロッコリーのマヨネーズ和え, オレンジ(1/6切れ)	さつまいものかりんとう, 飲むヨーグルト
09	月	グレープジュース	御飯, さんまのおかか煮, かぼちゃの甘煮, 温野菜サラダ(きゃべつ、もやし、にんじん、玉葱と小松菜の味噌汁, パイン缶(輪1切れ))	スナックスティックパン, 牛乳
10	火	りんごジュース	御飯, 肉じゃが(豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき) 小松菜と人参のおかか和え, 豆腐、えのき、わかめの味噌汁, みかん缶	いよかんゼリー, ウエハース, 牛乳
11	水	フルーツミックスジュース	御飯, シューマイ, 納豆和え(にら・しらす), 切干大根の煮物, なすとしめじの味噌汁	バナナ&かきもち, 牛乳
12	木	オレンジジュース	御飯, ホークカレー(じゃが芋、玉葱、人参、バター), ツナとブロッコリー、コーンの中華サラダ, バナナ	マカロニきな粉, 牛乳
13	金	野菜ジュース	愛情弁当の日	野菜チップ, 牛乳
14	土	野菜ジュース	焼きうどん(豚肉、キャベツ、もやし、人参、) 厚焼き卵, ヨーグルト	りんごジュース, ビスケット
16	月	オレンジジュース	御飯, 鯖の味噌煮, 小松菜と人参の鰹節和え, 大根と青梗菜の味噌汁, パイン缶(輪1切れ)	せんべい, 牛乳
17	火	グレープジュース	御飯, マーボー豆腐, ブロッコリーと人参のごま酢和え, たまねぎとわかめのスープ, オレンジ(1/6切れ)	動物ビスケット, 牛乳
18	水	野菜ジュース	バターロール, 海老フライ, スパゲティサラダ(胡瓜、人参), ブロッコリー、わかめ、玉葱のコンソメスープ, 甘夏缶	キッズショート, 麦茶
19	木	フルーツジュース	御飯, 焼き魚(鮭), ほうれん草とえのきの胡麻あえ, ごぼうのきんぴら, 豆腐、キャベツ、人参の味噌汁	野菜カップケーキ, 牛乳
20	金	りんごジュース	御飯, すき焼き風煮(豚肉、たまねぎ、いんげん、しらたき), 胡瓜とワカメの酢の物, 青梗菜と小町麩の味噌汁, みかん缶	牛乳, コーンフレーク
21	土	野菜ジュース	ソース焼きそば, 茹でウインナー, オレンジ(1/6切れ)	せんべい, 飲むヨーグルト
23	月	野菜ジュース	御飯, スコッチエッグ, じゃがベーコン, ひじきの五目炒め煮, 豆腐と玉葱の味噌汁	フルーツヨーグルト(バナナ、パイ、みかん)
24	火	グレープジュース	御飯, 松風焼き(豚肉、鶏肉、玉葱、卵), スパゲティナポリタン(玉葱、ピーマン), 根菜の味噌汁(里芋、大根、ごぼう、油揚げ, みかん缶)	クッキー, 牛乳
25	水	りんごジュース	食パン, 鶏肉とじゃが芋のトマト煮(玉葱、人参), もやしときゃべつの中華和え, たまねぎ、しめじ、青梗菜のスープ, オレンジ	せんべい, 牛乳
26	木	フルーツミックスジュース	御飯, チキンカレー(じゃが芋、玉葱、人参、バター) 春雨サラダ(レタス、胡瓜、きゅうり、にんじん), メロン	かぼちゃプリン
27	金	オレンジジュース	御飯, 厚揚げと豚肉、なす、にんじんの和風炒め煮, ほうれん草ともやしの鰹節和え, たまねぎとわかめのスープ, オレンジ(1/6切れ)	豆乳フレンチトースト, 牛乳
28	土	野菜ジュース	カレーライス, ウインナー, ヨーグルト	飲むヨーグルト, アンパンマンビスケット
30	月	野菜ジュース	きのこカレーうどん(豚肉、小松菜、しめじ、えのきたけ、にんじん) 厚焼き卵, ブロッコリーのマヨネーズ和え	わかめおにぎり, 牛乳
31	火	オレンジジュース	御飯, コロッケ(星), ひじき、鶏肉、にんじん、コーンの煮物, 小松菜、油揚げの味噌汁, パイン缶(輪1切れ)	せんべい, 牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	580	19.4	18.3	197	2.2	157	0.26	0.31	23	3.3	2.2
3才未満児	522	16.5	15.6	167	1.9	148	0.23	0.26	26	2.9	2



5月の献立



離乳食

海浜保育所

平成28年4月28日

日	曜	献立名		
		午前のおやつ	お昼	午後のおやつ
2	月	オレンジジュース	ごはん(鶏肉、にんじん、いんげん) 高野豆腐の鶏そぼろ きやべつのおかか和え すまし汁(みつば、ふ)	せんべい 麦茶(ミルク)
6	金	りんごジュース	軟飯 とうふと野菜の鶏そぼろ煮(玉葱、人参、いんげん) ほうれん草の磯辺和え もやしとわかめの味噌汁	バナナヨーグルト
7	土	野菜ジュース	煮込みうどん(大根、人参、いんげん、鶏肉) ブロッコリーのマヨネーズ和え ヨーグルト	クッキー 麦茶(ミルク)
9	月	キャロットジュース	軟飯 焼き魚(鮭) かぼちやの甘煮 温野菜サラダ(キャベツ、もやし、人参) 玉葱と小松菜の味噌汁	蒸しパン 麦茶(ミルク)
10	火	ぶどうジュース	軟飯 肉じゃが(鶏肉、芋、玉葱、にんじん) 小松菜と人参のおかか和え 豆腐とわかめの味噌汁	ウエハース、せんべい 麦茶(ミルク)
11	水	りんごジュース	軟飯 蒸しかぼちやの鶏そぼろあんかけ 納豆和え(しらす) なすとしめじの味噌汁	バナナ、クッキー 麦茶(ミルク)
12	木	オレンジジュース	軟飯 鶏肉とじゃが芋、玉葱のトマト煮 ツナとブロッコリーの中華サラダ バナナ	マカロニきな粉 麦茶(ミルク)
13	金	野菜ジュース	煮込みうどん(大根、人参、いんげん、鶏肉) ほうれん草のソテー(玉葱) いちご	蒸しパン 麦茶(ミルク)
14	土	野菜ジュース	焼きうどん(きやべつ、にんじん、ねぎ) 厚焼き卵 ヨーグルト	ビスケット 麦茶(ミルク)
16	月	オレンジジュース	軟飯 たらを含め煮 小松菜と人参の鰹節和え 大根と青梗菜の味噌汁	せんべい、ダノン 麦茶(ミルク)
17	火	ぶどうジュース	軟飯 マーボー豆腐(鶏肉、豆腐、ねぎ、にんじん) ブロッコリーと人参のごま酢和え 玉葱とわかめのスープ	さつま芋のミルク煮 麦茶(ミルク)
18	水	野菜ジュース	バターロール 肉団子のケチャップ煮(鶏肉、玉葱) ほうれん草サラダ(ツナ、にんじん) コンソメスープ(ブロッコリー)	さつま芋むしばん 麦茶(ミルク)
19	木	キャロットジュース	軟飯 焼き魚(鮭) ほうれん草のごま和え じゃがいもと人参のきんぴら 豆腐、キャベツの味噌汁	野菜カップケーキ 麦茶(ミルク)
20	金	りんごジュース	軟飯 すき焼き風煮(鶏肉、玉葱、人参、いんげん) 蒸し南瓜 青梗菜と麩の味噌汁	コーンフレーク 麦茶(ミルク)
21	土	オレンジジュース	煮込みうどん(大根、人参、いんげん、鶏肉) ブロッコリーのマヨネーズ和え ヨーグルト	せんべい 麦茶(ミルク)
23	月	野菜ジュース	軟飯 じゃがいもの鶏そぼろ煮(玉葱) ひじきの煮つけ(人参、いんげん) 豆腐と玉葱の味噌汁	バナナヨーグルト 麦茶(ミルク)
24	火	ぶどうジュース	軟飯 煮込みハンバーグ(鶏肉、玉葱、人参) かぼちやの甘煮 根菜の味噌汁(里芋、大根、人参)	クッキー 麦茶(ミルク)
25	水	りんごジュース	バターロール 鶏肉とじゃが芋、いんげんのトマト煮 きやべつの中華和え 玉葱、しめじ、青梗菜のスープ	さつま芋のミルク煮 麦茶(ミルク)
26	木	キャロットジュース	軟飯 じゃが芋と鶏肉、玉葱のクリーム煮 納豆和え(しらす) バナナ	かぼちやの茶巾 麦茶(ミルク)
27	金	オレンジジュース	軟飯 豆腐と鶏肉、茄子、人参の和風炒め煮 ほうれん草ともやしの鰹節和え 玉葱のスープ	豆乳フレンチトースト 麦茶(ミルク)
28	土	野菜ジュース	チーズリゾット かぼちやの甘煮 ヨーグルト	ビスケット 麦茶(ミルク)
30	月	野菜ジュース	きのこ鶏肉の和風うどん(鶏肉、しいたけ、しめじ) 厚焼き卵 ブロッコリーサラダ	わかめおにぎり 麦茶(ミルク)
31	火	オレンジジュース	軟飯 コロッケ 茹でキャベツ ひじきの煮つけ(人参、いんげん) 小松菜の味噌汁	コーンフレーク 麦茶(ミルク)

食べたことのない食材はご家庭で試して頂くようお願いして
おります。事故防止のため、よろしく願いいたします。