



倉治こども園 きゅうしょくだより (令和4年5月)



日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
2月	たけのご御飯 エビフライ・ブロッコリー アスパラとコーンの押しも和え 里芋の味噌汁	米 たけのこ きざみあげ 人参 醤油 料理酒 エビフライ トンカツソース 油 ブロッコリー アスパラ キャベツ コーン ノンオイル青じそドレッシング 里芋 玉葱 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 ふわっと えび味	お茶 柏餅
3月	憲法記念日			
4月	みどりの日			
5月	こどもの日			
6月	ハヤシライス 切干大根の和え物 デザート	米 牛肉 玉葱 人参 GP マッシュルーム缶 サラダ油 ハヤシルー ダイストマト缶 ウスターソース 切干大根 人参 胡瓜 醤油 砂糖 動物園ゼリー	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 コーンフレーク シスコBIGフロスト 牛乳
7月	焼きそば 豆腐の味噌汁	細中華 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 サラダ油 焼きそばソース 青のり 豆腐 小松菜 だし昆布 だしかつお 味噌		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
9月	御飯 五目卵焼き 白菜のお浸し もやしのすまし汁	米 卵 ツナ缶 玉葱 赤ピーマン キヌサヤ 干椎茸 砂糖 醤油 サラダ油 白菜 人参 きざみあげ 砂糖 醤油 もやし 三つ葉 だし昆布 だしかつお 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★抹茶サブレ 抹茶 小麦粉 マーガリン 砂糖
10月	御飯 サワラの香味焼き ほうれん草のボン酢和え 新ごぼうの味噌汁	米 サワラ 砂糖 醤油 料理酒 白ネギ 土生姜 ほうれん草 人参 えのき ボン酢 砂糖 新ごぼう 切り麩 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 とろべー	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
11月	御飯 豚肉と大根の照り焼き インゲンの和え物 ワカメのすまし汁	米 豚肉 大根 土生姜 サラダ油 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 インゲン 人参 もやし 醤油 砂糖 ワカメ きざみあげ だし昆布 だしかつお 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★レーズン蒸しパン ホットケーキミックス スキムミルク 牛乳 砂糖 レーズン
12月	ワカメ御飯 鶏肉の唐揚げ さつまいものコロコロサラダ 玉葱のスープ	米 炊き込みワカメ 鶏肉 塩 胡椒 土生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 さつまいものコロコロサラダ 玉葱 小松菜 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★イチゴマフィン ホットケーキミックス 牛乳 BP 砂糖 無塩バター イチゴジャム
13月	御飯 すき焼き風煮 キャベツの塩昆布和え えのきの味噌汁	米 牛肉 糸コンニャク 玉葱 キヌサヤ 豆腐 砂糖 醤油 料理酒 キャベツ 人参 大根 塩昆布 醤油 砂糖 えのき 青葱 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★バイン寒天 バイン缶 粉寒天 砂糖
14月	スパゲティマトソース 人参のスープ	スパゲティ 玉葱 マッシュルーム缶 あらびきウインナー サラダ油 ダイストマト缶 ケチャップ 塩 料理酒 醤油 粉チーズ 人参 コーン コンソメ 醤油		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
16月	御飯 鶏肉のさっぱり炒め 胡瓜の胡麻ドレサラダ そうめんのすまし汁	米 鶏肉 玉葱 キャベツ 赤ピーマン 白ネギ 塩 サラダ油 レモン汁 中華スープペースト 胡瓜 人参 コーン 焙煎胡麻ドレッシング そうめん ワカメ だし昆布 だしかつお 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★マドレーヌ ホットケーキミックス マーガリン 砂糖 卵 バニラエッセンス
17月	キーマカレー 大根のチリメン和え フルーツ	米 合ミンチ 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ ニンニク 土生姜 無塩バター スキムミルク ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 大根 本しめじ 人参 チリメン 砂糖 醤油 パイン缶	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★カントリーマアム風 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 バニラエッセンス

日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
18月	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 ブロッコリーの磯和え 白菜の味噌汁	米 豚肉 厚揚げ 里芋 人参 サラダ油 砂糖 醤油 ブロッコリー えのき 人参 砂糖 醤油 焼きざみのり 白菜 玉葱 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 ぱりんこ	お茶 ★みたらし団子 白玉粉 醤油 砂糖 片栗粉
19月	御飯 サケの塩焼き ひじきとたけのこの煮物 キャベツのすまし汁	米 サケ 料理酒 塩 ひじき 人参 たけのこ サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 キャベツ 平ゆば だし昆布 だしかつお 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★ポテトスナック フレンチポテト 油 塩
20月	御飯 鶏肉のバター醤油焼き 小松菜の梅肉和え さつまいもの味噌汁	米 鶏肉 玉葱 本しめじ 人参 塩 胡椒 料理酒 サラダ油 醤油 無塩バター 小松菜 もやし 梅肉 砂糖 醤油 さつまいも きざみあげ だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★バナナサンド ロールパン ホイップクリーム バナナ
21月	肉うどん フルーツ	うどん 牛肉 玉葱 人参 青葱 だし昆布 だしかつお 醤油 みりん リンゴ		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
23月	御飯 鶏肉の焼き肉炒め ちくわのかりかりパン焼き 大根の味噌汁	米 鶏肉 チンゲンサイ 玉葱 人参 サラダ油 塩 胡椒 焼肉のタレ 胡麻油 ちくわ 小麦粉 カレー粉 塩 パン粉 サラダ油 大根 切り麩 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
24月	パン 和風スパゲティ トマトのサラダ コーンのスープ	ロールパン スパゲティ 豚肉 玉葱 キャベツ マーガリン 塩 胡椒 醤油 トマト 胡瓜 ワカメ サラダ油 酢 醤油 砂糖 コーン 人参 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★ワカメおやき 米 炊き込みワカメ
25月	御飯 鶏肉と里芋の煮物 白菜とえのきの和え物 はんぺんの味噌汁	米 鶏肉 里芋 玉葱 人参 GP サラダ油 砂糖 醤油 白菜 人参 えのき 醤油 砂糖 はんぺん 青葱 だし昆布 だしかつお 味噌	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★黒糖ちんすこう 小麦粉 砂糖 塩 サラダ油 粉末黒砂糖
26月	御飯 回鍋肉 胡瓜のナムル ニラの中華スープ	米 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 土生姜 サラダ油 赤だし味噌 砂糖 塩 醤油 料理酒 胡瓜 もやし 白胡麻 塩 胡麻油 ニラ 玉葱 中華スープペースト 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★ミカンケーキ ホットケーキミックス 牛乳 マーガリン 砂糖 ミカン缶
27月	豆御飯 アジフライ 春キャベツのサラダ 若竹汁	米 うすいえんどう 塩 料理酒 アジ 料理酒 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース 春キャベツ 人参 コーン ノンオイル和風ドレッシング たけのこ ワカメ だし昆布 だしかつお 醤油	牛乳 とろべー	お茶 ヨーグルト ぼたぼた焼き
28月	味噌ラーメン フルーツ	細中華 豚肉 白菜 玉葱 青葱 胡椒 みりん 味噌 中華スープペースト バナナ		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
30月	ウインナーカレー もやしのゆかり和え フルーツ	米 あらびきウインナー 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ ニンニク 土生姜 スキムミルク 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 もやし 人参 ゆかり 砂糖 醤油 ミカン缶	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★麩のラスク(ココア) 切り麩 マーガリン グラニュー糖 ココア
31月	御飯 牛肉のオイスター炒め 高野豆腐の中華煮 春雨の中華スープ	米 牛肉 玉葱 人参 ピーマン 片栗粉 オイスターソース 醤油 砂糖 料理酒 胡椒 サラダ油 塩 高野豆腐 人参 キヌサヤ 中華スープペースト 醤油 砂糖 みりん 春雨 チンゲンサイ 中華スープペースト 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★さつまいも餅 さつまいも 片栗粉 醤油 砂糖 サラダ油

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	549	20.2	17.7	268	2.0
3歳以上児	566	21.3	16.9	223	2.1

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
※ 国産のお米を使用しております

※この値は一ヶ月の平均値です

