

## 5月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・小麦・そば・落花生

	令和4年5月2日 (月)	令和4年5月3日 (火)	令和4年5月4日 (水)	令和4年5月5日 (木)	令和4年5月6日 (金)	令和4年5月7日 (土)
朝食	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>ギンビスアスパラガス</b> ★ギンビスアスパラガス				<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>たべっこベイビー</b> ★たべっこベイビー	<b>ほうじ茶</b> ほうじ茶 <b>ギンビスアスパラガス</b> ★ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 <b>鰯の幽庵焼き</b> さわら こいくちしょうゆ 料理酒 本みりん ゆず(果汁) <b>切干大根と大豆の煮物</b> 切干しだいこん(乾) にんじん 大豆水煮 上白糖 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 かつおだし <b>わかめと豆腐のみぞ汁</b> 木綿豆腐 カットわかめ かつおだし 米みそ(淡色辛みそ)				ツナコーンピラフ 精白米 グリンピース スイートコーン にんじん シーチキン(油漬、フレーク、ライト) 顆粒洋風だし 食塩 <b>鶏肉のバーベキュー焼き</b> 鶏もも たまねぎ おろしにんにく 食塩 中濃ソース こいくちしょうゆ 上白糖 トマトケチャップ <b>コンソメスープ(じゃがいも)</b> ジャガイモ たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 パセリ(乾) <b>バナナ</b> バナナ	ゆかりおにぎり 精白米 ゆかり ごま(いり) <b>豚汁</b> 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ(淡色辛みそ) <b>バナナ</b> バナナ
昼間食	<b>ほうじ茶</b> ほうじ茶 <b>五平餅</b> 精白米 米みそ(淡色辛みそ) 上白糖 本みりん ごま(いり)				<b>牛乳(午後)</b> 普通牛乳 <b>こいのぼりケーキ</b> ★ホットケーキミックス 上白糖 調整豆乳 調合油 いちご 豆乳ホイップ レーズン	<b>ほうじ茶</b> ほうじ茶 <b>たべっこベイビー</b> ★たべっこベイビー

# 5月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・小麦・そば・落花生

	令和4年5月9日 (月)	令和4年5月10日 (火)	令和4年5月11日 (水)	令和4年5月12日 (木)	令和4年5月13日 (金)	令和4年5月14日 (土)
朝間食	牛乳 普通牛乳 ★ギンビスアスパラガス ★ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク ★玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー ★たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ★ギンビスアスパラガス
昼食	ごはん 精白米 鶏の照り焼き 鶏もも 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん おろしにんにく 春雨サラダ 緑豆はるさめ(乾) きゅうり にんじん カットわかめ 穀物酢 上白糖 食塩 中華スープ(豆腐) たまねぎ にんじん 木綿豆腐 葉ねぎ 顆粒中華だし 食塩 ごま(いり)  大根のすまし汁	ごはん 精白米 キャベツと豚肉の味噌炒め 豚もも キャベツ 赤ビーマン 葉ねぎ たまねぎ にんじん おろしにんにく 調合油 米みそ(淡色辛みそ) 料理酒 上白糖 上白糖 食塩 じゃがいものみそ汁 だいこん たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 オレンジ バレンシアオレンジ(砂じょう)	ごはん 精白米 鶏の塩焼き まさば 食塩 料理酒 ひじきと大豆の礪煮 ほしひじき にんじん 大豆水煮 油揚げ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖 食塩 じゃがいものみそ汁 じゃがいも たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 片栗粉	ごはん 精白米 鶏のから揚げ 鶏もも 料理酒 しょうが(おろし) おろしにんにく こいくちしょうゆ ごま油 片栗粉 調合油 キャベツのゆかり和え キャベツ にんじん 焼き竹輪 ゆかり えのきのみそ汁 えのきだけ たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし 米みそ(淡色辛みそ)	ゆかりごはん 精白米 ゆかり 焼きピーフン ピーフン 豚もも たまねぎ にんじん 青ビーマン 食塩 こいくちしょうゆ ごま油 吉野汁 たまねぎ だいこん にんじん 木綿豆腐 カットわかめ 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 片栗粉	塩昆布おにぎり 精白米 塩昆布 豚汁 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ(淡色辛みそ) バナナ バナナ
昼間食	牛乳(午後) 普通牛乳 フライドポテト じゃがいも 食塩 あおさ(素干し) 調合油	ほうじ茶 ほうじ茶 焼きおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ かつお節 ごま油 ごま(いり)	牛乳(午後) 普通牛乳 ぶどうスコーン ★ホットケーキミックス 木綿豆腐 ケーキシロップ レーズン 豆乳ホイップ	ほうじ茶 ほうじ茶 ヨーグルト寒天 豆乳ヨーグルト 水 上白糖 粉寒天 いちごジャム(高糖度)	牛乳(午後) 普通牛乳 れんこんチップス れんこん 片栗粉 調合油 食塩 あおさ(素干し)	ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー ★たべっこベイビー

# 5月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・小麦・そば・落花生

	令和4年5月16日 (月)	令和4年5月17日 (火)	令和4年5月18日 (水)	令和4年5月19日 (木)	令和4年5月20日 (金)	令和4年5月21日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ★ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン	牛乳 普通牛乳 玄米フレーク ★玄米フレーク	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 たべっこベイビー ★たべっこベイビー	ほうじ茶 ほうじ茶 ギンビスアスパラガス ★ギンビスアスパラガス
昼 食	<p>ごはん 精白米 鰯のコーンマヨ焼き べにかけ 食塩 クリームコーン缶 マヨドレ <b>大根の梅サラダ</b> だいこん きゅうり 梅干し(塩漬) 穀物酢 こいくちしょうゆ 本みりん ごま油 ごま(いり) <b>コンソメスープ(プロッコリー)</b> プロッコリー たまねぎ にんじん 顆粒洋風だし 食塩 バセリ(乾)</p>	<p>2種のきのこカレー 精白米 牛もも たまねぎ にんじん ぶなしめじ しいたけ 調合油 食塩 顆粒洋風だし トマトケチャップ こいくちしょうゆ おろしにんにく しょうが(おろし) カレールウ <b>コールスローサラダ</b> キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン マヨドレ 食塩 <b>バナナ</b> バナナ</p>	<p>ごはん 精白米 豆腐入り松風焼き 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ 根深ねぎ 米みそ(淡色辛みそ) 上白糖 片栗粉 ごま(いり) <b>三色和え物</b> こまつな にんじん もやし あまのり(焼きのり) こいくちしょうゆ 本みりん <b>しめじのすまし汁</b> ぶなしめじ たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩</p>	<p>ごはん 精白米 鰯の味噌煮 鶏ミンチ 豚ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ 上白糖 本みりん 上白糖 しょうが <b>ほうれんそうのごま和え</b> ほうれんそう にんじん ごま(いり) こいくちしょうゆ 本みりん <b>豆腐のすまし汁</b> 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩</p>	<p>生姜焼き丼 精白米 豚もも たまねぎ 料理酒 水 上白糖 本みりん 上白糖 しょうが <b>さつまいもサラダ</b> さつまいも シーチキン(油漬、フレーク、ライト) いんげん マヨドレ 食塩 <b>もやしのみそ汁</b> もやし たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすくちしょうゆ 本みりん 食塩</p>	<p>わかめおにぎり 精白米 混ぜ込みわかめ <b>豚汁</b> 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ(淡色辛みそ) <b>バナナ</b> バナナ</p>
昼 間 食	<p>牛乳(午後) 普通牛乳 <b>抹茶ケーキ</b> ★ホットケーキミックス 上白糖 調整豆乳 調合油 抹茶 ケーキシロップ</p>	<p>牛乳(午後) 普通牛乳 <b>オレンジゼリー</b> ハレンシアオレンジジュース(濃縮還元) 水 上白糖 粉寒天</p>	<p>牛乳(午後) 普通牛乳 <b>ポップコーン</b> ポップコーン 調合油 食塩 あおさ(素干し)</p>	<p>ほうじ茶 ほうじ茶 豆おにぎり 精白米 グリンピース にんじん うすくちしょうゆ 本みりん かつおだし 食塩</p>	<p>牛乳(午後) 普通牛乳 <b>コロコロ揚げ</b> 高野豆腐 水 上白糖 片栗粉 調合油 きな粉(全粒大豆、黄) 上白糖 食塩</p>	<p>ほうじ茶 ほうじ茶 たべっこベイビー ★たべっこベイビー</p>

# 5月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・小麦・そば・落花生

	令和4年5月23日 (月)	令和4年5月24日 (火)	令和4年5月25日 (水)	令和4年5月26日 (木)	令和4年5月27日 (金)	令和4年5月28日 (土)
<b>朝 間 食</b>	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>ギンビスアスパラガス</b> ★ギンビスアスパラガス	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>レーズン</b> レーズン	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>玄米フレーク</b> ★玄米フレーク	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>バナナ</b> バナナ	<b>牛乳</b> 普通牛乳 <b>たべっこベイビー</b> ★たべっこベイビー	<b>ほうじ茶</b> ほうじ茶 <b>ギンビスアスパラガス</b> ★ギンビスアスパラガス
<b>昼 食</b>	ごはん 精白米 <b>中華風ローストチキン</b> 鶏もも たまねぎ しょうが(おろし) おろしにんにく 本みりん こいくちしょうゆ ごま油 <b>根菜サラダ</b> れんこん にんじん ごぼう シーキン(油漬、フレーク、ライト) マヨドレ 食塩 <b>中華スープ(白菜)</b> はくさい チンゲンサイ にんじん たまねぎ 顆粒中華だし 食塩 ごま(いり)	ごはん 精白米 <b>ミートローフ</b> 豚ミンチ たまねぎ にんじん 木綿豆腐 片栗粉 食塩 顆粒洋風だし ウスターソース トマトケチャップ 上白糖 <b>プロッコリーサラダ(酢)</b> プロッコリー にんじん 穀物酢 調合油 食塩 上白糖 <b>チキン入りコーンスープ</b> クリームコーン缶 たまねぎ 鶏もも 調整豆乳 顆粒洋風だし 食塩 バセリ(乾)	ごはん 精白米 <b>具だくさんすき焼き風煮</b> 豚もも 料理酒 木綿豆腐 糸こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい しいたけ 葉ねぎ こいくちしょうゆ 上白糖 トマトケチャップ 上白糖 本みりん かつおだし カレー粉 <b>ひじきのみぞ汁</b> ほしひじき たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし 米みそ(淡色辛みそ) <b>りんご</b> りんご	ごはん 精白米 <b>カレー肉かぼちゃ</b> 牛もも 日本かぼちゃ にんじん 糸こんにゃく たまねぎ いんげん こいくちしょうゆ 本みりん 料理酒 上白糖 調合油 かつおだし カレー粉 <b>キャベツの塩昆布和え</b> キャベツ にんじん 塩昆布 ごま(いり) <b>大根のすまし汁</b> だいこん たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし うすぐちしょうゆ 本みりん 食塩	ごはん 精白米 <b>カレイの磯辺揚げ</b> まがれい 食塩 片栗粉 あおのり(素干し) 調合油 <b>切干大根のおかかマヨ和え</b> 切干したいこん(乾) にんじん きゅうり かつお節 マヨドレ こいくちしょうゆ <b>わかめのみぞ汁</b> カットわかめ たまねぎ 葉ねぎ かつおだし 米みそ(淡色辛みそ)	おかかおにぎり 精白米 こいくちしょうゆ 本みりん かつお節 ごま(いり) <b>豚汁</b> 豚もも たまねぎ にんじん 木綿豆腐 かつおだし 米みそ(淡色辛みそ) <b>バナナ</b> バナナ
<b>昼 間 食</b>	ほうじ茶 ほうじ茶 なめたけおにぎり 精白米 えのきたけ こいくちしょうゆ 本みりん	牛乳(午後) 普通牛乳 <b>二色クッキー</b> ★ホットケーキミックス 調合油 上白糖 調整豆乳 ココア(ピュアココア)	ほうじ茶 ほうじ茶 どら焼き ★ホットケーキミックス ケーキシロップ 調整豆乳 調合油 こしあん	ほうじ茶 ほうじ茶 <b>中華団子</b> 精白米 上白糖 こしあん ごま(いり)	牛乳(午後) 普通牛乳 <b>スイートポテト</b> さつまいも(生) 上白糖 調整豆乳 くろごま(いり) 調合油	ほうじ茶 ほうじ茶 <b>たべっこベイビー</b> ★たべっこベイビー

## 5月献立表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・小麦・そば・落花生

	令和4年5月30日 (月)	令和4年5月31日 (火)	令和4年6月1日 (水)	令和4年6月2日 (木)	令和4年6月3日 (金)	令和4年6月4日 (土)
朝 間 食	牛乳 普通牛乳 ギンビスアスパラガス ★ギンビスアスパラガス	牛乳 普通牛乳 レーズン レーズン				
昼 食	ごはん 精白米 餃の照り焼き さわら こいくちしょうゆ 料理酒 本みりん 上白糖 いんげんのごま和え いんげん にんじん ごま(いり) こいくちしょうゆ 上白糖 かぼちゃのみぞ汁 日本かぼちゃ たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつおだし 米みそ(淡色辛みそ)	ごはん 精白米 油淋鶏 鶏もも しょうが(おろし) 料理酒 片栗粉 調合油 根深ねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 水 もやしの磯和え こまつな にんじん もやし あまのり(焼きのり) こいくちしょうゆ 本みりん 中華スープ たまねぎ スイートコーン カットわかめ 顆粒中華だし 食塩 ごま(いり)				
昼 間 食	牛乳(午後) 普通牛乳 黒糖ドーナツ ★ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 黒砂糖 調合油	ほうじ茶 ほうじ茶 フルーツヨーグルト 豆乳ヨーグルト 上白糖 うんしゅうみかん缶詰(果肉) パインアップル(缶詰) りんご バナナ				