2023年　5月　献立表(乳幼児食)

fujimuraナーサリー

日付			朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	15 29	月	牛乳 せんべい	鶏そぼろ丼 ブロッコリーのサラダ えのきのすまし汁 バナナ	七分つき米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、なたね油、醤油、本みりん、きび砂糖 ブロッコリー、コーン、チーズ、オリーブ油、しょうゆ、酢 大根、えのき、わかめ、かつお・昆布だし汁、醤油、食塩 バナナ	牛乳 小豆蒸しパン 小麦粉、牛乳、ゆであずき ベーキングパウダー
2	16 30	火	牛乳 ボーロ	ご飯 カレイの煮つけ ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁	七分つき米 かれい、かつお・昆布だし汁、生姜、醤油、酒、きび砂糖 ほうれん草、人参、すりごま、醤油、きび砂糖 絹ごし豆腐、玉ねぎ、わかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 ひじき稲荷ご飯 七分つき米、酢、きび砂糖 食塩、油揚げ、醤油、水 人参、ひじき ポン菓子(2日のみ)
6	20	土	牛乳 せんべい	チャーハン ほうれん草のおかか和え 春雨スープ みかん	七分つき米、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、ごま油、食塩、醤油 ほうれん草、かつお節、醤油 キャベツ、にら、春雨、かつお・昆布だし汁、醤油、食塩、ごま油 みかん缶	牛乳 ツナマヨおにぎり 七分つき米、ツナ、マヨドレ
8	22	月	牛乳 せんべい	ご飯 肉豆腐 ブロッコリーと人参のおかか和え 大根のみそ汁	七分つき米 豚肉、焼き豆腐、玉ねぎ、ねぎ、えのき、なたね油、醤油、本みりん、きび砂糖 ブロッコリー、人参、醤油、かつお節 大根、じゃがいも、わかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 大学芋 さつまいも、なたね油、水 きび砂糖、醤油、ごま
9	23	火	牛乳 ボーロ	ご飯 チンジャオロース 小松菜のナムル わかめスープ	七分つき米 豚肉、ピーマン、たけのこ、油、醤油、ソース、本みりん、きび砂糖、酒、片栗粉 小松菜、人参、もやし、ごま、食塩、醤油、ごま油 わかめ、鶏もも肉、玉ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、醤油、ごま油	牛乳 しらすとごまのおにぎり 七分つき米、しらす ごま油、ごま
10	24	水	牛乳 せんべい	ホテルブレット ポークビーンズ ポテトサラダ キャベツのスープ	食パン 豚肉、人参、玉ねぎ、大豆、カットトマト、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース じゃがいも、きゅうり、人参、マヨドレ 鶏もも肉、キャベツ、アスパラ、かつお・昆布だし汁、食塩、醤油	牛乳 みかん寒天 牛乳、粉寒天 きび砂糖、みかん缶
11	25	木	牛乳 ボーロ	ご飯 鮭の西京焼き 切干し大根の煮物 小松菜のすまし汁	七分つき米 鮭、米みそ、本みりん、酒 切り干し大根、人参、さやえんどう、油揚げ、だし汁、醤油、きび砂糖、本みりん 小松菜、玉ねぎ、かつお・昆布だし汁、醤油、食塩	牛乳 ビビンバ 七分つき米、豚ひき肉、醤油 酒、本みりん、小松菜、人参
12	26	金	牛乳 せんべい	バターチキンカレー コールスローサラダ しいたけのスープ	七分つき米、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、なたね油 カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、醤油、バター、米粉 キャベツ、人参、コーン、マヨドレ、酢、食塩 絹ごし豆腐、しいたけ、小松菜、かつお・昆布だし汁、醤油、食塩	牛乳 ようかん こしあん、水、粉寒天
13	27	土	牛乳 せんべい	ナポリタン オニオンスープ りんご	スパゲティ、ベーコン、人参、玉ねぎ、オリーブ油、ケチャップ 玉ねぎ、キャベツ、小松菜、かつお・昆布だし汁、食塩 りんご	牛乳 さつま芋蒸しパン さつま芋、小麦粉 ベーキングパウダー きび砂糖、牛乳
17	31	水	牛乳 せんべい	ソース焼きそば かぶとツナのサラダ ニラのスープ	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、なたね油、ウスターソース、醤油 かぶ、小松菜、ツナ、酢、オリーブ油、食塩 鶏もも肉、にら、もやし、きくらげ、かつお・昆布だし汁、醤油、食塩、ごま油	牛乳 フルーツヨーグルト ヨーグルト、みかん缶、もも缶
18		木	牛乳 ボーロ	ご飯 かつおのしょうが煮 さつま芋のマヨサラダ 玉ねぎのみそ汁	七分つき米 かつお、生姜、醤油、酒、本みりん、きび砂糖、かつお・昆布だし汁 さつまいも、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ 玉ねぎ、小松菜、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 お好み焼き 豚ひき肉、キャベツ、小麦粉 水、なたね油、中濃ソース マヨドレ
19		金	牛乳 せんべい	そら豆の炊き込みご飯 高野豆腐とひき肉の煮物 キャベツのゆかり和え ほうれん草のみそ汁	七分つき米、そら豆、食塩 高野豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、しいたけ、だし汁、醤油、本みりん、きび砂糖 キャベツ、人参、もやし、ゆかり ほうれん草、えのき、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 スノーボールクッキー 小麦粉、きび砂糖 無塩バター、粉糖

平均栄養価　乳児　エネルギー　518kcal　たんぱく質　21.7g　脂質　18g　カルシウム　306mg　鉄　2.1g

献立は食材の都合などにより変更する場合があります。未食の食材がありましたら、当日までに喫食お願いいたします。