

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1		2		3		4	
昼食	お弁当持参											
午後												
午前	6		7	スキムミルク★	8	麦茶	9	牛乳	10	麦茶	11	麦茶
昼食	お弁当持参		御飯、みそ汁(ほうれん草・豆腐)、和風きんぴら入りハンバーグ、(星組:ミートボールのトマト煮)、ポテトサラダ		グリーンピース御飯、豚汁、アジの味醂醤油焼き、(星組:鮭の味醂醤油焼き)、小松菜とツナのごま和え		中華丼、中華スープ、はるさめサラダ、オレンジ		御飯、みそ汁(しめじ・だいこん)、ポークケチャップ、コールスローサラダ		サンドイッチ、ポトフ、ゼリー	
午後			おかかとじゃこのおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		フレンチトースト、牛乳		チヂミ、麦茶		今川焼、(星組:野菜入りミニパンケーキ)、牛乳		米粉のタルト、チーズ、牛乳	
午前	13	牛乳	14	りんごジュース	15	麦茶★	16	スキムミルク	17	麦茶	18	麦茶
昼食	キッズピビンバ、わかめスープ、春巻き、(星組:さつまいもとりんごのチーズ和え)		御飯、みそ汁(はくさい・厚揚げ)、鶏肉のマーマレード焼き、(添)粉ふき芋、マカロニサラダ		御飯、なめこのみそ汁、コロッケ、キャベツの塩昆布和え		焼きうどん、にら玉汁、シュウマイ、バナナ		御飯、すまし汁(わかめ・えのき)、さわらの西京焼き、(星組:タラの西京焼き)、切干し大根の中華和え		ハヤシライス、フルーツヨーグルト	
午後	焼きそば、麦茶		ゼリーポンチ		マーラーカオ、牛乳		チーズ、ビスコ、野菜ジュース		揚げパン、牛乳		ととやき、せんべい、牛乳	
午前	20	スキムミルク★	21	麦茶	22	牛乳	23	麦茶	24	スキムミルク	25	りんごジュース
昼食	ナポリタン、コーンフレークのパリパリサラダ、フルーツポンチ		御飯、みそ汁(キャベツ・しいたけ)、たらのパン粉焼き、切昆布の煮物		カレーライス、ブロッコリーのマヨサラダ、オレンジゼリー		御飯、みそ汁(かぶ・麩)、豚肉の生姜炒め、五目煮豆、グレープフルーツ		シュガートースト、ミネストローネ、グラタン、キャベツとコーンと枝豆のサラダ		マーボー豆腐丼、はるさめスープ、バナナ	
午後	ツナとほうれん草のドリア風、麦茶		マドレーヌ、(星組:蒸しパン)、牛乳		バナナ、せんべい、ヤクルト		牛乳かんてん		わかめと鮭のおにぎり、麦茶		ソフールヨーグルト、ビスコ	
午前	27	麦茶	28	麦茶★	29	牛乳	30	スキムミルク★★★	31	牛乳		
昼食	御飯、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、鮭の竜田揚げ、韓国風和え物		チャーハン、焼きぎょうざ、ぶどうゼリー、ジョア		菜飯、すまし汁(豆腐・万能ねぎ)、鶏肉のみそ漬け焼、ごぼうの金平		野菜たっぷりみそラーメン、中華ポテト、(星組:大根のそぼろ煮)、みかんとバナナヨーグルト		御飯、みそ汁(さつまいも・小松菜)、擬製豆腐、干草和え、キウイフルーツ			
午後	チーズ豆乳蒸しパン、牛乳		コーンフレーク入りクッキー、食べる小魚(以上児)、牛乳		ひじきおこわ、麦茶		プリン、ウエハース		マカロニナポリタン、麦茶			

★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★

- 星組 ちゃん(20日) ナポリタン・フルーツポンチ
- 月組 ちゃん(30日) ハンバーグ・プリン・バナナ
- 太陽組 ちゃん(7日) お肉・ポテトサラダ・ブロッコリー・いちご
- くん(30日) ラーメン・炒飯・エビフライ・トマト・みかん
- くん(28日) 餃子・ブドウゼリー・クッキー・牛乳・炒飯
- ちゃん(15日) コロッケ・なめこの味噌汁・ぶどう・チョコケーキ



		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	431	15.9	12.1	18.1	1.5
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	528	19.2	15.2	188	1.9
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

献立表

2019年05月の献立

百合が丘 ひまわり保育園(離乳食 後期)

Table with columns for days of the week (月曜日 to 土曜日) and rows for specific dates (6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31). Each cell contains meal details such as 'お弁当持参', '軟飯', 'みそ汁', 'スープ', etc., along with their ingredients.

☆献立内容は都合により変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。☆虹組は土・日・祝日の給食がありません。ご利用の場合は各自お弁当をご持参ください。

献立表

2019年05月

百合が丘 ひまわり保育園(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
07 火	御飯,みそ汁(ほうれん草・豆腐),和風きんぴら入りハンバーグ,ポテトサラダ,いちご	脱脂粉乳、水、/米、/ほうれん草、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/きんぴら入りハンバーグ、/じゃがいも、魚肉ソーセージ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、食塩、/いちご、/米、かつお節、しらす干し、めんつゆ、しょうゆ、/おやつこんぶ、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,おほかとじゃこのおにぎり,おやつ昆布(以上児),麦茶	525(412) 17.2(15.5) 13.0(10.4) 4.0(1.7)
08 水	グリーンピース御飯,豚汁,アジの味醂醤油焼き,小松菜とツナのごま和え	麦茶(浸出液)、/米、グリーンピース、食塩、/豚小間、じゃがいも、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/あじ、みりん、料理酒、しょうゆ、/ツナ油漬缶、こまつな、にんじん、ごま、しょうゆ、三温糖、/食パン、卵、砂糖、牛乳、バニラエッセンス、/牛乳	◎麦茶,フレンチトースト,牛乳	543(447) 22.8(16.9) 12.4(9.5) 2.9(2.2)
09 木	中華丼,中華スープ,はるさめサラダ,オレンジ	牛乳、/米、はくさい、たけのこ、にんじん、しいたけ、豚小間、しょうが、ごま油、中華スープ、三温糖、料理酒、しょうゆ、食塩、片栗粉、/鶏ひき肉、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、ごま油、水、中華だしの素、食塩、/はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、/オレンジ、/にら、豚ひき肉、小麦粉、しらす干し、食塩、水、ごま油、しょうゆ、砂糖、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,チヂミ,麦茶	503(456) 15.6(15.4) 14.4(14.8) 3.9(2.9)
10 金	御飯,みそ汁(しめじ・だいこん),ポークケチャップ,コールスローサラダ	麦茶(浸出液)、/米、/しめじ、だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/豚小間、たまねぎ、油、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、三温糖、/キャベツ、きゅうり、にんじん、ロースハム、コーン、マヨネーズ、脱脂粉乳、ドレッシング、/今川焼き、/牛乳	◎麦茶,今川焼(クリーム),牛乳	562(426) 22.0(14.4) 18.8(14.5) 3.6(3.0)
11 土	サンドイッチ,ポトフ,ゼリー	麦茶(浸出液)、/食パン、アレルギー用マーガリン、ツナ油漬缶、マヨネーズ、食パン、アレルギー用マーガリン、卵、マヨネーズ、食塩、パセリ粉、/鶏もも、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、こしょう、/ゼリー、/米粉のタルト、/チーズ、/牛乳	◎麦茶,米粉のタルト,チーズ,牛乳	547(447) 19.8(15.8) 22.0(18.0) 3.0(2.4)
13 月	キッズビビンバ,わかめスープ,春巻き,	牛乳、/米、豚ひき肉、油、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、ごま油、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、ごま油、ごま、/カットわかめ、コーン、ねぎ、水、中華だしの素、がらあじ、しょうゆ、食塩、/豚ひき肉、もやし、にんじん、カレー粉、酒、しょうゆ、食塩、片栗粉、春巻きの皮、油、/焼きそばめん、豚小間、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、中濃ソース、あおのり、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,焼きそば,麦茶	553(503) 21.0(19.5) 16.1(15.3) 4.1(3.1)
14 火	御飯,みそ汁(はくさい・厚揚げ),鶏肉のマーマレード焼き,(添)粉ふき芋,マカロニサラダ	リンゴジュース、/米、/はくさい、生揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/鶏もも肉、三温糖、食塩、しょうゆ、マーマレード、/じゃがいも、パセリ粉、食塩、こしょう、/マカロニ、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、脱脂粉乳、食塩、/オレンジ濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、バナナ、キウイフルーツ、もも缶、パイン缶、りんご缶、水、砂糖、レモン果汁、	◎リンゴジュース,ゼリーボンチ	471(396) 19.1(14.6) 10.3(8.7) 2.0(1.7)
15 水	御飯,なめこのみそ汁,コロッケ,キャベツの塩昆布和え	麦茶(浸出液)、/米、/チンゲンサイ、なめこ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/ポテトコロッケ、油、ウスターソース、/キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、しょうゆ、/小麦粉、黒砂糖、ベーキングパウダー、加糖練乳、卵、水、しょうゆ、油、/牛乳	◎麦茶,マラーカオ,牛乳	571(418) 14.4(10.6) 15.4(11.9) 2.3(1.8)
16 木	焼きうどん,にら玉汁,シュウマイ,バナナ	脱脂粉乳、水、/ゆでうどん、豚バラ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、油、和風だしの素、しょうゆ、めんつゆ、ピーマン、かつお節、/卵、えのきたけ、にら、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉、/しゅうまい、/バナナ、/チーズ、/ビスコ、/野菜ジュース	◎スキムミルク,チーズ,ビスコ,野菜ジュース	505(441) 15.2(14.2) 15.2(11.8) 4.7(3.6)
17 金	御飯,すまし汁(わかめ・えのき),さわらの西京焼き,切干し大根の中華和え	麦茶(浸出液)、/米、/カットわかめ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、/さわら、米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、酒、/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ちくわ、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、白いりごま、/パン、きな粉、三温糖、油、/牛乳	◎麦茶,揚げパン,牛乳	588(441) 29.2(21.9) 17.3(13.2) 3.3(2.6)
18 土	ハヤシライス,フルーツヨーグルト	麦茶(浸出液)、/米、豚小間、たまねぎ、にんじん、油、ハヤシルウ、ケチャップ、/バナナ、みかん缶、ヨーグルト(無糖)、三温糖、/ととやき、/せんべい、/牛乳	◎麦茶,ととやき,せんべい,牛乳	554(421) 15.8(11.7) 17.1(12.1) 2.1(1.6)
20 月	ナポリタン,コーンフレークのバリバリサラダ,フルーツボンチ	脱脂粉乳、水、/マカロニ、ウインナーソーセージ、たまねぎ、しめじ、ケチャップ、三温糖、コンソメ、ピーマン、/キャベツ、もやし、にんじん、酢、ごま油、しょうゆ、三温糖、白すりごま、コーンフレーク、/バナナ、りんご、キウイフルーツ、みかん缶、もも缶、パイン缶、砂糖、レモン果汁、水、/米、豆乳、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、コンソメ、ツナ油漬缶、ほうれん草、ピザ用チーズ、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,ツナとほうれん草のドリア風,麦茶	598(529) 18.9(17.8) 13.0(10.5) 5.7(4.8)
21 火	御飯,みそ汁(キャベツ・しいたけ),たらのパン粉焼き,切昆布の煮物	麦茶(浸出液)、/米、/キャベツ、しいたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/たら、あおのり、パン粉、マヨネーズ、/刻みこんぶ、にんじん、ちくわ、油、かつお・昆布だし汁、料理酒、みりん、砂糖、しょうゆ、/バター、三温糖、卵、バニラエッセンス、小麦粉、ベーキングパウダー、/牛乳	◎麦茶,マドレーヌ,牛乳	613(461) 20.2(15.0) 20.4(16.1) 3.0(2.3)
22 水	カレーライス,ブロッコリーのマヨサラダ,オレンジゼリー	牛乳、/米、豚小間、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、牛乳、/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、ちくわ、マヨネーズ、/オレンジ濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、/バナナ、/せんべい、/ヤクルト	◎牛乳,バナナ,せんべい,ヤクルト	512(478) 12.8(13.5) 13.2(14.3) 4.4(3.4)

以上児(未満児)

献立表

2019年05月

百合が丘 ひまわり保育園(星組)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
07 火	御飯,みそ汁(ほうれん草・豆腐),ミートボール,ポテトサラダ,いちご	脱脂粉乳、水、/米、/ほうれん草、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/ミートボール、ケチャップ、三温糖、/じゃがいも、魚肉ソーセージ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、食塩、/いちご、/米、かつお節、しらす干し、めんつゆ、しょうゆ、/おやつこんぶ、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,おほかとじゃこのおにぎり,おやつ昆布(以上児),麦茶	525(412) 17.2(15.5) 13.0(10.4) 4.0(1.7)
08 水	グリーンピース御飯,豚汁,鮭の味酢醤油焼き,小松菜とツナのごま和え	麦茶(浸出液)、/米、グリーンピース、食塩、/豚小間、じゃがいも、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/あじ、みりん、料理酒、しょうゆ、/さけ、みりん、料理酒、しょうゆ、/ツナ油漬缶、ごまつな、にんじん、ごま、しょうゆ、三温糖、/食パン、卵、砂糖、牛乳、バナエッセンス、/牛乳	◎麦茶,フレンチトースト,牛乳	543(447) 22.8(16.9) 12.4(9.5) 2.9(2.2)
09 木	中華丼,中華スープ,はるさめサラダ,オレンジ	牛乳、/米、はくさい、たけのこ、にんじん、しいたけ、豚小間、しょうが、ごま油、中華スープ、三温糖、料理酒、しょうゆ、食塩、片栗粉、/鶏ひき肉、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、ごま油、水、中華だしの素、食塩、/はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、/オレンジ、/にら、豚ひき肉、小麦粉、しらす干し、食塩、水、ごま油、しょうゆ、砂糖、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,チヂミ,麦茶	503(456) 15.6(15.4) 14.4(14.8) 3.9(2.9)
10 金	御飯,みそ汁(しめじ・だいこん),ポークケチャップ,コールスローサラダ	麦茶(浸出液)、/米、/しめじ、だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/豚小間、たまねぎ、油、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、三温糖、/キャベツ、きゅうり、にんじん、ローズハム、コーン、マヨネーズ、脱脂粉乳、ドレッシング、/ホットケーキ粉、水、にんじん、かぼちゃ、/牛乳	◎麦茶,野菜入りミニパンケーキ,牛乳	562(426) 22.0(14.4) 18.8(14.5) 3.6(3.0)
11 土	サンドイッチ,ポトフ,ゼリー	麦茶(浸出液)、/食パン、アレルギー用マーガリン、ツナ油漬缶、マヨネーズ、食パン、アレルギー用マーガリン、卵、マヨネーズ、食塩、パセリ粉、/鶏もも、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、こしょう、/ゼリー、/米粉のタルト、/チーズ、/牛乳	◎麦茶,米粉のタルト,チーズ,牛乳	547(447) 19.8(15.8) 22.0(18.0) 3.0(2.4)
13 月	キッズビビンバ,わかめスープ,さつま芋とりんごのチーズ和え	牛乳、/米、豚ひき肉、油、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、ごま油、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、ごま油、ごま、/カットわかめ、コーン、ねぎ、水、中華だしの素、がらあじ、しょうゆ、食塩、/りんご、さつまいも、チーズ、/焼きそばめん、豚小間、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、中濃ソース、あおのり、/麦茶(浸出液)	◎牛乳,焼きそば,麦茶	553(503) 21.0(19.5) 16.1(15.3) 4.1(3.1)
14 火	御飯,みそ汁(はくさい・厚揚げ),鶏肉のマーマレード焼き,(添)粉ふき芋,マカロニサラダ	リンゴジュース、/米、/はくさい、生揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/鶏もも肉、三温糖、食塩、しょうゆ、マーマレード、/じゃがいも、パセリ粉、食塩、こしょう、/マカロニ、にんじん、きゅうり、ローズハムスライス、マヨネーズ、脱脂粉乳、食塩、/オレンジ濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、バナナ、キウイフルーツ、もも缶、パイン缶、りんご缶、水、砂糖、レモン果汁、	◎リンゴジュース,ゼリーパンチ	471(396) 19.1(14.6) 10.3(8.7) 2.0(1.7)
15 水	御飯,なめこのみそ汁,白身魚のバーグ,キャベツの塩昆布和え	麦茶(浸出液)、/米、/チンゲンサイ、なめこ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/かれい、あおのり、片栗粉、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、にんじん、グリーンアスパラガス、/キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、しょうゆ、/小麦粉、黒砂糖、ベーキングパウダー、加糖練乳、卵、水、しょうゆ、油、/牛乳	◎麦茶,マーラーカオ,牛乳	571(418) 14.4(10.6) 15.4(11.9) 2.3(1.8)
16 木	焼きうどん,にら玉汁,シウマイ,バナナ	脱脂粉乳、水、/ゆでうどん、豚バラ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、油、和風だしの素、しょうゆ、めんつゆ、ピーマン、かつお節、/卵、えのきたけ、にら、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉、/しゅうまい、/バナナ、/チーズ、/ビスコ、/野菜ジュース	◎スキムミルク,チーズ,ビスコ,野菜ジュース	505(441) 15.2(14.2) 15.2(11.8) 4.7(3.6)
17 金	御飯,すまし汁(わかめ・えのき),タラの西京焼き,切干し大根の中華和え	麦茶(浸出液)、/米、/カットわかめ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、/たら、米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、酒、/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ちくわ、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、白いりごま、/パン、きな粉、三温糖、油、/食パン、バナナ、ヨーグルト(無糖)、/牛乳	◎麦茶,バナナサンド,牛乳	588(441) 29.2(21.9) 17.3(13.2) 3.3(2.6)
18 土	ハヤシライス,フルーツヨーグルト	麦茶(浸出液)、/米、豚小間、たまねぎ、にんじん、油、ハヤシルウ、ケチャップ、/バナナ、みかん缶、ヨーグルト(無糖)、三温糖、/ととやき、/せんべい、/牛乳	◎麦茶,ととやき,せんべい,牛乳	554(421) 15.8(11.7) 17.1(12.1) 2.1(1.6)
20 月	ナポリタン,コーンフレークのバリバリサラダ,フルーツポンチ	脱脂粉乳、水、/マカロニ、ウインナーソーセージ、たまねぎ、しめじ、ケチャップ、三温糖、コンソメ、ピーマン、/キャベツ、もやし、にんじん、酢、ごま油、しょうゆ、三温糖、白すりごま、コーンフレーク、/バナナ、りんご、キウイフルーツ、みかん缶、もも缶、パイン缶、砂糖、レモン果汁、水、/米、豆乳、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、コンソメ、ツナ油漬缶、ほうれん草、ピザ用チーズ、/麦茶(浸出液)	◎スキムミルク,ツナとほうれん草のドリア風,麦茶	598(529) 18.9(17.8) 13.0(10.5) 5.7(4.8)
21 火	御飯,みそ汁(キャベツ・しいたけ),たらのパン粉焼き,切昆布の煮物	麦茶(浸出液)、/米、/キャベツ、しいたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、/たら、あおのり、パン粉、マヨネーズ、/刻みこんぶ、にんじん、ちくわ、油、かつお・昆布だし汁、料理酒、みりん、砂糖、しょうゆ、/ホットケーキ粉、水、/牛乳	◎麦茶,蒸しパン,牛乳	613(461) 20.2(15.0) 20.4(16.1) 3.0(2.3)
22 水	カレーライス,ブロッコリーのマヨサラダ,オレンジゼリー	牛乳、/米、豚小間、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、牛乳、/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、ちくわ、マヨネーズ、/オレンジ濃縮果汁、水、砂糖、イナアガー、/バナナ、/せんべい、/ヤクルト	◎牛乳,バナナ,せんべい,ヤクルト	512(478) 12.8(13.5) 13.2(14.3) 4.4(3.4)

以上児(未満児)

