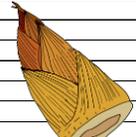
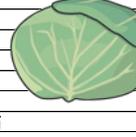


令和6年5月 乳児食献立表

福祉給食センター

日	曜	こんだてめい	ち・にく・ほねになるもの (あかい)	体の調子をととのえるもの (みどりいろ)	はたらく力になるもの (きいろ)	備考	おやつ
1	水	牛乳 ごはん ポークチャップ 新じゃがの豆乳スープ メロン	牛乳 	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ ねぎ メロン	米 麦 砂糖 小麦粉 新じゃがいも	ポークチャップ 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	こくとうしろせんべい (保育所のおやつ)
2	木	牛乳 たけのこごはん 豆腐とほうれん草のすまし汁 オレンジ	牛乳 鶏肉 煮込み竹輪 かまぼこ 豆腐 玉麩 わかめ	竹の子 人参 ぶき さやいんげん しいたけ 糸こんにゃく 人参 ほうれん草 玉ねぎ しめじ オレンジ	米 麦 砂糖		こいのぼりポーロ (おほしさまスナック)
7	火	牛乳 カレーライス パンパンジー メロン	牛乳 豚肉 豆乳 鶏ささみ	玉ねぎ 人参 グリンピース ブルーンエキス きゅうり もやし 人参 メロン	新じゃがいも カレールウ 米 麦 ごま 砂糖 ごま油		いちごヨーグルト (こくさんやさしいゼリー)
8	水	牛乳 ごはん まぐろの照り焼き 若竹汁 カラオレンジ	牛乳 まぐろ わかめ 鶏肉 	竹の子 もやし 人参 小松菜 カラオレンジ	米 麦 片栗粉 小麦粉 砂糖		ラフランスゼリー
9	木	牛乳 ごはん 八宝菜 出し巻き卵 バナナ	牛乳 豚肉 なると巻 出し巻き卵	人参 玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 もやし ねぎ しいたけ	米 麦 片栗粉 砂糖	出し巻き卵 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	カルテツイわしおかき (乳児2個、幼職3個) (保育所のおやつ)
10	金	牛乳 食パン ヒレカツ オニオンスープ メロン	牛乳 豚肉 ベーコン	人参 玉ねぎ キャベツ アスパラガス メロン	食パン 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも	ヒレカツ 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	かぼちゃプリン (こくさんあまなつゼリー)
11	土	牛乳 焼きうどん	牛乳 鶏肉 煮込み竹輪 油揚げ	人参 しいたけ ほうれん草			パン・牛乳
13	月	牛乳 そぼろ丼 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ	牛乳 鶏肉 錦糸卵 豆腐 わかめ みそ 油揚げ	人参 玉ねぎ 小松菜 生姜 しいたけ 人参 大根 オレンジ	米 麦 砂糖 里芋		あまからせんべい 幼、職3個 乳2個 (ほいくしょのおやつ) のむヨーグルト (保育所のお茶)
14	火	牛乳 牛肉と新ごぼうの混ぜごはん 竹の子のすまし汁 メロン	牛乳 牛肉 油揚げ 煮込み竹輪 玉麩 豆腐	新ごぼう 人参 しいたけ グリンピース 玉ねぎ 人参 竹の子 ほうれん草 メロン	砂糖 米 麦		ヨーグルトクレープ <乳卵不使用> (ブルーベリーゼリー)
15	水	牛乳 ブルーベリーパン (1/2) ミートスパゲティ 新じゃがいものフライドポテト フルーツヨーグルト	牛乳 豚肉 青のり ヨーグルト	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース トマト ブルーンエキス	ブルーベリーパン 砂糖 ハヤシルウ スパゲティ じゃがいも 油 片栗粉 小麦粉 砂糖		むらさきいもまんじゅう (いちごプリン)
16	木	牛乳 ごはん カジキの煮つけ けんちん汁 オレンジ	牛乳 カジキ 鶏肉 油揚げ	人参 大根 しいたけ ねぎ ごぼう オレンジ	米 麦 砂糖 里芋		さくらえびかきもち (乳児1枚、幼職2枚) (保育所のおやつ)
17	金	牛乳 クロロール (乳含む) タンドリーチキン キャベツのスープ バナナ	牛乳 鶏肉 豚肉 	レモン果汁 キャベツ もやし 人参 バナナ	クロロール ノンエッグマヨネーズ 砂糖 じゃがいも	タンドリーチキン 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	こくさんみかんゼリー
18	土	牛乳 焼きそば	牛乳 豚肉 煮込み竹輪	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン もやし	焼きそばめん		パン・牛乳
20	月	牛乳 ごはん 鶏つくねのあんかけ じゃがいものみそ汁 オレンジ	牛乳 鶏肉 豆乳 みそ わかめ みそ	玉ねぎ ねぎ 竹の子 ねぎ えのき 白菜 オレンジ	米 麦 パン粉 片栗粉 砂糖 じゃがいも		にゅうさんきんデザート (保育所のおやつ)
21	火	牛乳 ごはん 豆腐チャンプルー ウインナー メロン	牛乳 豆腐 豚肉 卵 ウインナー	ニラ もやし キャベツ 人参 メロン	米 麦 砂糖 ごま油		さつまいもせんべい (保育所のおやつ) かんきつミックスジュース
22	水	牛乳 さつまいもパン (1/2) マカロニのケチャップ煮 アスパラのスープ バナナ	牛乳 鶏肉 ハム	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム しめじ アスパラガス 人参 玉ねぎ えのき キャベツ バナナ	さつまいもパン (1/2) マカロニ		サワーゼリー (あおうめゼリー)
23	木	牛乳 とうもろこしごはん 酢豚 中華スープ オレンジ	牛乳 豚肉 わかめ 豆腐	とうもろこし 玉ねぎ 人参 竹の子 ピーマン しいたけ もやし 人参 ニラ しめじ オレンジ	米 麦 片栗粉 砂糖 ごま油 春雨		りんごヨーグルト (こくさんりんごゼリー)
24	金	牛乳 米粉ロール きすとさつまいもの天ぷら 豆乳みそスープ フルーツポンチ	牛乳 きす 卵 ベーコン 豆乳 みそ	キャベツ 人参 玉ねぎ とうもろこし しめじ みかん もも	米粉ロール さつまいも 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 カクテルゼリー		おほしさまスナック
25	土	牛乳 みそ煮込みうどん	牛乳 鶏肉 煮込み竹輪 油揚げ みそ	人参 ほうれん草 ねぎ しいたけ	米 麦 砂糖		パン・牛乳
27	月	牛乳 ごはん 糖のごまパン粉焼き 小松菜のみそ汁 オレンジ	牛乳 レシビ 揚載 さわら 豆腐 油揚げ みそ	大根 小松菜 人参 オレンジ	米 麦 ノンエッグマヨネーズ ごま パン粉 里芋		メープルマフィン <乳卵不使用> (アセロラゼリー)
28	火	牛乳 ツナピラフ 玉ねぎのクリームスープ バナナ	牛乳 まぐろサラダ油揚げ ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース マッシュルーム とうもろこし 玉ねぎ 人参 ブロッコリー とうもろこし パセリ しめじ バナナ	米 麦 さつまいも パター 小麦粉		フローズンヨーグルト (ラフランスゼリー)
29	水	牛乳 黒糖ロール(1/2) 焼きそば 肉団子とごぼうのスープ メロン	牛乳 豚肉 煮込み竹輪 青のり 肉団子	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし ピーマン 人参 白菜 ごぼう しめじ ねぎ メロン	黒糖ロール 焼きそばめん		サラダせんべい<減塩> (保育所のおやつ) にゅうさんきんりんりょう <鉄分&葉酸> (保育所のお茶)
30	木	牛乳 ごはん 新ごぼうの柳川風煮 アスパラの彩りサラダ オレンジ	牛乳 牛肉 卵 ささみオイル揚げ	新ごぼう 人参 さやいんげん 玉ねぎ アスパラガス とうもろこし 人参 オレンジ	米 麦 砂糖 砂糖 ごま		パウムクーヘン (ピーチゼリー)
31	金	牛乳 食卓ロール 鶏のから揚げ チンゲン菜のスープ バナナ	牛乳 鶏肉 豆腐	生姜 チンゲン菜 人参 玉ねぎ えのき バナナ	食卓ロール 片栗粉 油	誕生日会 鶏のから揚げ 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	オレンジゼリー

※食材の入荷状況により、食材等が変更になる場合があります。

5月のオススメレシピ☆ 鯖のごまパン粉焼き ☆

乳児6人分 (大人2人 子ども2人) ①さわらの水気をふき取る。

- さわら切り身 (45g) 6切
 - ノンエッグマヨネーズ 15g
 - ソース 2g
 - パン粉 22g
 - 白ごま (いり) 6g
- ②ノンエッグマヨネーズとソースを混ぜ合わせ、さわらにまんべんなく塗る。
 - ③パン粉と白ごまを混ぜ合わせたものを、②につける。
 - ④オーブンで210℃・15分で焼いて、火が通って焼き色がついたら出来上がり。

さわらの旬は春と秋。
さわらの切り身を選ぶときは、身が割れていないもの、身の色が白く、血合いの色がなるべく鮮やかなものを選ぶのがベストです。



保育所のおやつ
にんじんかぼちゃビスケット
しらすわかめせんべい
ハートせんべい こめこのロールクッキー
にしよくられ あまからせんべい (げんえん)
ミレーフライ きなこせんべい

ソフトえびせんべい そらとまめもち
おほしさませんべい
こざなとアーモンドのおせんべい
あまからせんべい ハートのパイ
クリームせんべい やさいかりんとう
たいあられ カルテツペビードーナツ

画像よりのおやつつきまじりに提供し