



2024年

5月のこんだて

【本川こども園】

日	曜日	乳幼児昼食	乳幼児の主食	おやつ		乳カコー		熱や力の元になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)
				乳児(朝)	乳幼児	たんぱく質	たんぱく質			
1	水	◆鶏肉のごまだれ焼き ほうれん草のお浸し りんご	こいのぼり ごはん	牛乳 雪の宿	牛乳 かぶとケーキ	521 18.1	641 23.7	米 ごま油 白ごま すりごま	鶏肉 かつおぶし	人参 ほうれん草 人参 りんご
2	木	カレイの新緑焼き 人参ともやしナムル オレンジ	ごはん	牛乳 星たべよ	※お茶 焼きおにぎり	389 13.8	413 14.0	米 油 ごま油	カレイ	パセリ 人参 もやし ちんげん菜 オレンジ
3	金	 * 憲法記念日 * 								
4	土	 * みどりの日 * 								
6	月	 * こどもの日振替 * 								
7	火	照り焼きハンバーグ ひじきサラダ 黄桃	ごはん	牛乳 雪の宿	牛乳 ココアスコーン	517 15.4	632 19.6	米 エッグケアマヨ	ハンバーグ	インゲン ひじき ミックスベジタブル 黄桃缶
8	水	鰹のトマトソース ブロッコリーの和え物 オレンジ	ごはん	牛乳 星たべよ	牛乳 マカロニあべかわ	421 21.9	509 29.0	米 油	アジ	玉葱 トマト缶 パセリ ブロッコリー 人参 オレンジ
9	木	味噌炒め丼 高野の含め煮 バナナ	ごはん	牛乳 ビスケット	牛乳 麩のラスク	516 19.6	579 23.7	米 油	鶏肉 高野豆腐	玉葱 ピーマン 人参 キヌサヤ バナナ
10	金	カレーライス 白菜とコーンのツナ和え りんご	ごはん	牛乳 ぼたぼた焼き	※お茶 わかめむすび	480 14.9	574 17.5	米 じゃがいも 油 カレールー	豚肉 シーチキン	玉葱 人参 白菜 コーン りんご
11	土	* 親子交流会 * 								
13	月	鶏肉のさっぱり焼き 切り昆布の煮物 りんご	ごはん	牛乳 雪の宿	牛乳 いちごゼリー	422 15.5	504 20.2	米 油 ごま油	鶏肉 きざみあげ	おくら きざみ昆布 人参 りんご
14	火	タラのマヨ焼き キャベツサラダ バナナ	ごはん	牛乳 星たべよ	牛乳 クッキー	448 15.5	541 19.7	米 エッグケアマヨ 油	タラ	パセリ キャベツ 人参 きゅうり バナナ
15	水	豚肉の和風スパゲティ 南瓜の煮物 オレンジ	スパゲティ	牛乳 ビスケット	※お茶 ゆかりむすび	418 15.9	443 18.0	スパゲティ 油	豚肉	玉葱 ピーマン 人参 南瓜 キヌサヤ オレンジ
16	木	五目いり豆腐 小松菜のおかか和え りんご	ごはん	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 焼ポテト(コンソメ)	360 13.5	345 13.5	米 油	木綿豆腐 かつおぶし	玉葱 たけのこ 人参 干しいたけ グリーンピース 小松菜 もやし りんご
17	金	♪鶏肉の塩麹唐揚げ マカロニサラダ ゼリー	チャーハン	牛乳 白い風船	牛乳 パウンドケーキ	572 17.6	703 23.2	米 油 マカロニ エッグケアマヨ ゼリー	ウインナー 鶏肉	玉葱 人参 パセリ ブロッコリー コーン 人参
18	土	豚丼 バナナ	ごはん	牛乳 クラッカー	牛乳 お菓子	423 14.9	508 18.6	米 油	豚肉	玉葱 人参 インゲン バナナ
20	月	白身フライ 春雨の酢の物 オレンジ	ごはん	牛乳 星たべよ	牛乳 ミルク蒸しパン	436 13.8	511 15.5	米 油 春雨	白身魚フライ	インゲン 人参 木くらげ オレンジ
21	火	厚揚げ甘辛丼 ポテトサラダ りんご	ごはん	牛乳 ビスケット	牛乳 プリン	503 16.2	571 20.2	米 じゃがいも エッグケアマヨ	絹厚揚げ 豚肉	玉葱 三色ピーマン 人参 きゅうり りんご
22	水	鶏肉のアップルジンジャーソース ブロッコリーソテー バナナ ※牛乳	食パン	牛乳 ぼたぼた焼き	※お茶 味噌おにぎり	391 17.7	529 23.9	食パン 油 りんごジャム 油	鶏肉	ブロッコリー 人参 コーン バナナ
23	木	ハヤシライス 白菜のごま和え オレンジ	ごはん	牛乳 白い風船	牛乳 スコーン	524 16.3	655 21.0	米 油 ハヤシルー すりごま	豚肉	玉葱 人参 白菜 人参 オレンジ
24	金	鯖の照り焼き 金平ごぼう りんご	ごはん	牛乳 クラッカー	※お茶 塩昆布むすび	454 14.6	491 15.4	米 油	さば	ごぼう 人参 インゲン りんご
25	土	スタミナうどん オレンジ	うどん	牛乳 雪の宿	牛乳 お菓子	301 12.6	365 15.7	うどん	鶏肉	玉葱 なら 人参 青葱 オレンジ
27	月	鶏肉のレモン焼き 切干し大根の煮物 りんご	ごはん	牛乳 ビスケット	牛乳 豆乳くずもち	505 19.1	582 25.0	米 油	鶏肉 きざみあげ	レモン果汁 切干大根 人参 インゲン りんご
28	火	野菜ラーメン もやしの中華和え バナナ	ラーメン	牛乳 ぼたぼた焼き	※お茶 なめしむすび	330 13.8	398 15.9	ラーメン 油 ごま油	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 青葱 もやし ほうれん草 人参 バナナ
29	水	肉団子のあんがらめ コールスローサラダ オレンジ	ごはん	牛乳 白い風船	牛乳 チーズトースト	449 13.2	625 19.2	米 油 エッグケアマヨ	ミートボール	キャベツ 人参 きゅうり オレンジ
30	木	ホキの味噌煮 青梗菜の和え物 りんご	ごはん	牛乳 クラッカー	牛乳 ピーチゼリー	377 15.8	412 18.5	米	ホキ	キヌサヤ ちんげん菜 人参 りんご
31	金	豚肉の生姜焼き 白菜の甘酢和え オレンジ	ごはん	牛乳 雪の宿	牛乳 バナナパイ	439 16.3	503 19.4	米	豚肉	玉葱 ピーマン 白菜 人参 オレンジ

《お知らせ》

- ◆ 1日はこどもの日メニューを提供します
- ♪ 17日はお誕生日会メニューを提供します



ウオクニ株式会社

当社における食品の安全・安心
および健康に関する取り組みは
ホームページに掲載しています。
<http://www.uokuni.co.jp/>

