様式F106

風の森　保育園(一般)

2022年05月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 牛乳100、小麦胚芽クラッカー	3 麦茶、おやさいせんべい	4 麦茶、おやさいせんべい	5	6 牛乳100、ビスケット	7 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	中華丼（キャベツ）、わかめスープ（コーン）、さつま芋のレモン煮、パイン缶	★お弁当(憲法記念日)	★お弁当(みどりの日)	★休園(こどもの日)	ハヤシライス、蒸し野菜のサラダ、もも缶	チャーハン（ツナ・ひじき）、豆腐みそ汁（あげ）、オレンジ
午後	牛乳　１８０ｍｌ、ミニドッグ	牛乳　１８０ｍｌ、お菓子	牛乳　１８０ｍｌ、お菓子		牛乳　１８０ｍｌ、チンビン	牛乳　１８０ｍｌ、スマイルポテト
午前	9 牛乳100、クラッカー	10 牛乳100、ウエハース	11 調整豆乳、おやさいせんべい	12 牛乳100、ココナッツサブレー	13 牛乳100、五穀ビスケット	14 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	御飯、みそ汁（もやし・わかめ）、さばの焼きおろし煮、ブロッコリーの玉ねぎドレッシング（コーン）、みかん缶	御飯、麸のすまし汁（えのき）、マーボーなす、ほうれん草のナムル（しらす）、りんご	御飯、スープ（キャベツ・コーン）、ミートローフ、ブロッコリーとちくわのサラダ、バナナ	御飯、すまし汁（こまつな・はくさい）、さけのちゃんちゃん焼き（しめじ）、ベイクド里芋（青のり）、パイン缶	御飯、豆乳汁（はくさい・えのき）、豚肉と昆布の炒め煮（にんじん）、キャベツときゅうりの酢和え、オレンジ	焼きそば、アーサ汁、りんご
午後	牛乳　１８０ｍｌ、チーズクッキー	牛乳　１８０ｍｌ、ヒラヤーチー(もずく)	牛乳　１８０ｍｌ、みかんゼリー	ジョア、ちんすこう(手作り)	牛乳　１８０ｍｌ、シリアルクランチ（マシュマロ）	牛乳　１８０ｍｌ、おにぎり（さけ）
午前	16 牛乳100、カルシウムせんべい	17 牛乳100、ビスケット	18 調整豆乳、おやさいせんべい	19 牛乳100、ウエハース	20 牛乳100、小麦胚芽クラッカー	21 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	鶏肉の照り焼き丼、すまし汁（じゃが芋・えのき）、きゅうりのゆかりあえ(もやし)、フルーツミックス	御飯、みそ汁（かぼちゃ・なす）、かじきの竜田揚げ、ゆでブロッコリー、切干大根と凍り豆腐の煮物、オレンジ	ちゃんぽんラーメン、シュウマイ、バナナ	御飯、みそ汁（だいこん・あげ）、白身魚の野菜レモン蒸し、きんぴらごぼう（いんげん・ごま）、もも缶	御飯、もずくスープ、鶏ささ身のケチャップあん、きゅうりのごま和え、りんご	牛肉の甘みそ丼、豆腐スープ（もやし・にら）、オレンジ
午後	牛乳　１８０ｍｌ、黒糖蒸しパン	牛乳　１８０ｍｌ、いももちドーナツ	牛乳　１８０ｍｌ、クラッカーサンド（ブルーベリー）	ジョア、あげパン	牛乳　１８０ｍｌ、お好み焼き	牛乳　１８０ｍｌ、フルーツミックスゼリー
午前	23 牛乳100、カルシウムせんべい	24 牛乳100、五穀ビスケット	25 牛乳100、おやさいせんべい	26 調整豆乳、ビスケット	27 牛乳100、カルシウムせんべい	28 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	御飯、煮浸し風椀（チンゲン菜・エビ）、さばのかば焼き、アスパラのおかか和え、パイン缶	御飯、五目みそ汁（豆腐・なす）、豚肉の香味焼き（もやし）、ほうれん草の磯あえ、オレンジ	御飯、クラムチャウダー（豆乳）、鶏のから揚げ、キャベツのレモン風味サラダ（ツナ）、バナナ	御飯、みそ汁（はくさい・あげ）、赤魚のカレーあんかけ、なばなのごま和え（人参）、フルーツミックス	★お弁当(誕生会)	カレーうどん、いんげんのツナあえ、りんご
午後	牛乳　１８０ｍｌ、鬼まんじゅう(ごま)	牛乳　１８０ｍｌ、にんじんポンデケージョ	牛乳　１８０ｍｌ、りんごケーキ	ジョア、ツナマヨコーントースト	牛乳　１８０ｍｌ、誕生ケーキ	牛乳　１８０ｍｌ、ラスク
午前	30 牛乳100、ウエハース	31 牛乳100、ココナッツサブレー				
昼食	御飯、はるさめスープ（豚・チンゲン菜）、さけのサラダ焼き、ひじきの煮物（大豆・こんぶ）、みかん缶	ゆかり御飯（ごま）、みそ汁（さつま芋・もやし）、松風焼き・豆腐いり、白菜のごま酢あえ（にんじん）、オレンジ				
午後	牛乳　１８０ｍｌ、野菜もち（かぼちゃ）	牛乳　１８０ｍｌ、もも缶ゼリー				