



エネルギー：乳児 515 kcal 幼児 583kcal

たんぱく質：乳児 20.5 g 幼児21.9 g

令和4年5月1日発行 いずみ保育園

日 曜日	乳児 おやつ	献立	おやつ (3時)	材料名			延長のおやつ	
				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	1時間	2時間
2月	ぎゅうにゅう	ごはん あつあげのもの みそしる くだもの	ぎゅうにゅう 乳児:ジャムサンド 幼児:かしわもち	米 砂糖 乳児:バターロール 幼児:粕餅 油	牛乳 生揚げ 豚肉 味噌	ごぼう 玉ねぎ 人参 さやいんげん こんにやく 椎茸 ねぎ なす キャベツ 夏みかん プルーベリージャム	野菜パー ソフトケーキ	梅おにぎり
6・20金	ぎゅうにゅう	ごはん こうやどうふのもの みそしる くだもの	ぎゅうにゅう マカロニのあべかわ	米 油 砂糖 マカロニ	牛乳 高野豆腐 鶏肉 きな粉	人参 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ 水菜 キャベツ 甘夏	カステラ クラッカー	鶏そぼろにぎり
7・21土	ぎゅうにゅう	かまぼこうどん ながいものみそに くだもの	ぎゅうにゅう ことうロールサンド	手振りうどん 砂糖 長いも 黒糖ロール マーガリン	牛乳 かまぼこ 豚肉	貝割れ大根 ねぎ 白菜 人参 さやいんげん 夏みかん	芋かりんとう アスパラガス ビスケット	おかかにぎり
9・23月	ぎゅうにゅう	ごはん にさかな あまずあえ みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ナポリタン	米 砂糖 スパゲティ 油	牛乳 鯖 味噌 豚肉	生姜 ねぎ えのき茸 きゅうり 人参 もやし オクラ 玉ねぎ 豆苗 甘夏 ピーマン 玉ねぎ	ビスケット 卵の花あげ	しらすにぎり
10・24火	ぎゅうにゅう	ごはん こばんあげ つけあわせ みそしる くだもの	ぎゅうにゅう レーズン ホットケーキ	米 砂糖 片栗粉 油 白玉麩 ホットケーキ粉 はちみつ	牛乳 鶏肉 味噌	人参 葱 ひじき キャベツ 玉ねぎ ほうれん草 夏みかん 干しぶどう	ミレー ビスケット 角チーズ	こぎつねにぎり
11・25水	ぎゅうにゅう	ごはん いりどり みそしる くだもの	ぎゅうにゅう きんとんばい	米 砂糖 油 餃子の皮 バター 油 里芋 さつま芋	牛乳 鶏肉 味噌	人参 生シタケ さやいんげん ごぼう こんにやく ねぎ 大根 もやし りんご オレンジ	塩せんべい バームクーヘン	味噌にぎり
12・26木	ぎゅうにゅう	カレーライス フレンチサラダ くだもの	ぎゅうにゅう みそらめん	米 じゃが芋 小麦粉 バター 油 生中華麺	牛乳 鶏肉 かまぼこ 豚肉 味噌	玉ねぎ 人参 ピーマン りんご キャベツ きゅうり もやし ねぎ ニンニク	ポーロ 揚げせんべい	じゃこにぎり
13・27金	ぎゅうにゅう	ごはん まぐろとやさいのこうみあえ みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ごへいもち	米 里芋 油 片栗粉 砂糖 ごま油	牛乳 カジキマグロ 味噌	生姜 小松菜 人参 キャベツ ねぎ かぶ サンフルーツ	かりんとう あられ	ひじきにぎり
14・28土	ぎゅうにゅう	やしそば コーンサラダ ちんげんさいのスープ くだもの	ぎゅうにゅう ケチャップライス	蒸し中華麺 油 砂糖 米	牛乳 豚肉 鶏肉	玉ねぎ もやし ねぎ 青梗菜 水菜 人参 キャベツ ブロッコリー きゅうり とうもろこし(缶) オレンジ さやいんげん	クッキー 小魚	わかめにぎり
16月	ぎゅうにゅう	ごはん あつあげのもの みそしる くだもの	ぎゅうにゅう あずきむしぼん	米 砂糖 ホットケーキ粉	牛乳 小豆 生揚げ 豚肉 味噌	ごぼう 玉ねぎ 人参 さやいんげん 人参 こんにやく ねぎ なす キャベツ	野菜パー ソフトケーキ	うめにぎり
17・31火	ぎゅうにゅう	ごはん はっほうさい みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ようふうおやき	米 小麦粉 油 片栗粉	牛乳 豚肉 チーズ	白菜 青梗菜 人参 もやし 玉ねぎ ねぎ 切干大根 オレンジ キャベツ 赤ピーマン	ねじりんぼう 卵ぼん	ごま塩にぎり
18水 30月	ぎゅうにゅう	ごはん むしどりのまよそすかけ ゆでやさい みそしる くだもの	ぎゅうにゅう さつまいもの フリッター	米 マヨネーズ ホットケーキ粉 じゃが芋 さつまいも	牛乳 鶏肉 味噌	とうもろこし(缶) 玉ねぎ ブロッコリー えのき茸 もやし ほうれん草 夏みかん	ソフトケーキ ブリッツ	鶏そぼろにぎり
19 誕生会	ぎゅうにゅう	パン かぼちゃのグラタン はるさめのスープ くだもの ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ミートライス	ロールパン 油 バター はるさめ 米 小麦粉	牛乳 鶏肉 チーズ 豚肉	南瓜 ブロッコリー ねぎ 人参 青梗菜 夏みかん 玉ねぎ ピーマン	胚芽ビスケット せんべい	切干大根の にぎり

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。延長の水分的補給はお茶です。