



平成21年5月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
1 (金)		<こどもの日、八十八夜献立> ケチャプライス 和風ハンバーグ ステーキやさしい チンゲンの菜スープ 乳酸菌飲料	 抹茶入り 二色団子	豚肉、豆腐、ひじき、 卵、牛乳	米、バター、油、パ ン粉、片栗粉、砂糖 上新粉、白玉粉	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、大根、 きゅうり、チンゲン菜
2 (土)		スパゲッティナポリタン りんごとさつまいもの重ね煮 牛乳	オレンジ ジュース 菓子	ベーコン、牛乳	スパゲッティ、 バター、さつまい、 砂糖	にんじん、たまねぎ、 ピーマン、りんご オレンジジュース
7 (木)	ヨーグルト	カレーライス フレンチサラダ 絹さやのスープ	 果物 菓子	豚肉、豆腐、牛乳	米、じゃが芋、小麦 粉、バター、油	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり、 えのきたけ、絹さや、 果物
8 (金)		ミックスサンド ポトフ 三色ソテー	 ちりめんおやき 大根の華風漬け	豚肉、 ちりめんじゃこ、牛乳	パン、ジャム、バタ ー、じゃが芋、砂糖、 米、ごま、油、ごま 油	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、セロリー、 アスパラ、コーン、 グリーンピース、大根
9 (土)		ひじきご飯 いんげんの味噌汁 果物	 菓子	鶏肉、ふ、牛乳、みそ、 ひじき	米、砂糖、じゃが芋	にんじん、しいたけ、グ リーンピース、いんげん、果物
11 (月)	ヨーグルト	しらすご飯 鶏肉入り野菜の煮物 わかたけ汁	 チーズクッキー	ちりめんじゃこ、 鶏肉、粉チーズ、 わかめ、牛乳	米、砂糖、じゃが芋、 バター、小麦粉	にんじん、ごぼう、ふき、 絹さや、たけのこ
12 (火)	麦茶 菓子	ご飯 豆腐とツナの卵焼き 三色煮浸し じゃが芋の味噌汁	 しょう油ラーメン	卵、ツナ、豆腐、みそ、 豚肉、牛乳	米、油、砂糖、じゃ が芋、中華麺、ごま 油	にんじん、玉ねぎ、ピー マン、キャベツ、もやし、 ねぎ
13 (水)		ご飯 のりの佃煮 カジキと大根の煮物 具沢山の味噌汁	 果物(2種) 菓子	のり、メカジキ、豆腐、 みそ、牛乳	米、砂糖、油、 片栗粉	だいこん、絹さや、にん じん、ごぼう、しいたけ、 ねぎ、フルーツ缶
14 (木)	フルーツ ミックスゼリー	パン盛り合わせ(2種類) 豆乳クリームシチュー コロコロ野菜のゴマ酢サラダ	 中華おこわ	鶏肉、えび、牛乳、 豆腐、スキムミルク	パン、じゃが芋、バ ター、小麦粉、油、 米、もち米、ゴマ油、 砂糖、ごま	にんじん、マッシュルー ム、たまねぎ、グリー ンピース、干しいたけ、 たけのこ、しょうが
15 (金)		ご飯 おかかふりかけ 南瓜コロケ 温野菜 豆腐の味噌汁	 ブルーベリー ジャムサンド	かつお節、豚肉、卵、 豆腐、みそ、牛乳	米、ごま、小麦粉、 パン粉、油、パン、 ブルーベリージャ ム	たまねぎ、にんじん、 かぼちゃ、キャベツ、 だいこん、ねぎ
16 (土)		ツナピラフ ミルクスープ 果物	 菓子	ツナ、牛乳	米、油、バター、 じゃが芋	にんじん、たまねぎ、 ピーマン、チンゲン菜、 コーン、果物
18 (月)	ヨーグルト	そばろ寿司 煮浸し すまし汁	 マーブルケーキ	鶏肉、凍り豆腐、豆腐、 卵、スキムミルク、 牛乳	米、砂糖、油、 こんにゃく、 小麦粉、バター	にんじん、キャベツ、も やし、えのきたけ、 万能ねぎ
19 (火)		<食育の日献立> ピースごはん かつおの味噌マヨネーズ焼き 花びたし 春キャベツの味噌汁	 フルーツ ヨーグルト	なまり、みそ、卵、 豆腐、プレーンヨー グルト、牛乳	米、マヨネーズ、油	グリーンピース、青菜 もやし、たまねぎ、 キャベツ、 フルーツ缶(3種)
20 (水)	オレンジ ジュース	中華丼 たたききゅうり 春雨スープ	 そら豆 菓子	豚肉、エビ、イカ、 豆腐、牛乳	米、片栗粉、油、 砂糖	人参、にら、玉ねぎ、 キャベツ、しいたけ、 胡瓜、大根、万能ねぎ、 そらまめ
21 (木)		あんずジャムコッペ 塩ゆでアスパラ 豆腐のカレークリーム煮 にらのスープ	 みそすいとん	豆腐、ベーコン、牛乳、 スキムミルク、みそ、	パン、油、バター、 アンスジャム、 小麦粉、白玉粉	にんじん、玉ねぎ、 マッシュルーム、もやし アスパラガス、にら、 ねぎ、キャベツ

 のマークは牛乳です。 行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

1日の平均栄養摂取量

エネルギー 600 kcal

たんぱく質 21.3g

脂肪 15.6g

塩分 2.5 g

平成21年5月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
22 (金)	飲む ヨーグルト	ごはん シュウマイ ナムル ふのスープ	 ドーナツ	豚肉、豆腐、ふ、 わかめ、牛乳、卵	米、パン粉、片栗粉、 シュウマイの皮、 ごま油、砂糖、 小麦粉、バター、油	ねぎ、しいたけ、 コーン、グリーンピース、 にんじん、もやし、 きゅうり、玉ねぎ
23 (土)		五目うどん ジャが芋の煮物 クリームチーズ	 黒糖パン	ツナ、クリームチーズ、 牛乳	うどん、油、 じゃが芋、砂糖	にんじん、玉ねぎ、 しいたけ、青菜
25 (月)	ヨーグルト	ご飯 ひじきのふりかけ 新じゃが芋のそぼろ煮 わかめの味噌汁	 レズン ホットケーキ	かつお節、ひじき、 鶏肉、豆腐、卵、みそ、 わかめ、牛乳	米、油、砂糖 じゃが芋、 こんにゃく、片栗粉、 小麦粉、バター	玉ねぎ、にんじん、 絹さや、干しぶどう
26 (火)		スパゲッティミートソース フルーツミックス ポテトスープ	 和風ぞうすい	豚肉、粉チーズ ちりめんじゃこ、みそ	スパゲッティ、油、 じゃが芋、 米、	玉ねぎ、にんじん、 ピーマン、キャベツ、 マッシュルーム、 フルーツ(3種)大根、 えのきたけ
27 (水)		鮭ごはん いんげんのごまあえ 豚汁	 果物 菓子	鮭、豚肉、豆腐、みそ、 牛乳	米、砂糖、油、 こんにゃく、 じゃが芋	絹さや、にんじん、 もやし、大根、ねぎ、 果物
28 (木)	フルーツ ミックスゼリー	ミルクツイストパン マカロニグラタン 青菜とポテトのソテー えのきのスープ	 炒めビーフン	鶏肉、牛乳、 スキムミルク、 粉チーズ、豆腐、 ベーコン	パン、マカロニ、油、 バター、パン粉、 じゃが芋、ビーフン	たまねぎ、にんじん、 しめじ、小松菜、 もやし、えのきたけ、 キャベツ、ピーマン、 コーン、絹さや
29 (金)	麦茶 菓子	ごはん 白身魚の南蛮漬け のりあえ なめこ汁	 ビーチゼリー 菓子	メルルーサ、のり、 豆腐、油揚げ、みそ、 牛乳	米、小麦粉、片栗粉、 砂糖、油	ねぎ、にんじん、青菜、 もやし、なめこ、 黄桃缶
30 (土)		焼きそば野菜あんかけ 中華スープ 飲むヨーグルト	 菓子 チーズ	豚肉、うずらの卵、 飲むヨーグルト、牛乳、 チーズ	中華麺、油、 じゃが芋、ごま油	キャベツ、玉ねぎ、 にんじん、もやし、 にら、チンゲン菜



のマークは牛乳です。



行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。