

献立表

2024/05月分

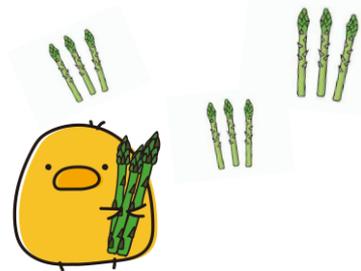
ハピネス保育園南光台東

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ
01	水	牛乳	中華丼,豆腐の中華スープ,キウイフルーツ	牛乳,ふかし芋
02	木	ドリンクヨーグルト	こいのぼりカレー,ジャーマンポテト,きのこのすまし汁,オレンジ	牛乳,味しらべ
03	金	お休み	憲法記念日	
04	土	お休み	みどりの日	
05	日	お休み		
06	月	お休み	こどもの日	
07	火	牛乳	御飯,さばのおろし煮,ひじきの煮物,つぶし大豆のみそ汁,りんご	牛乳,ぱりんこ
08	水	牛乳	御飯,スタミナ納豆,チンゲン菜と厚揚げ炒め,えのきとかにかまのスープ,キウイフルーツ	牛乳,かぼちゃの茶巾
09	木	ぶどうジュース	御飯,レバーと芋の甘辛煮,ブロッコリーのゴママヨあえ,豆腐とわかめのすまし汁,オレンジ	牛乳,白い風船
10	金	牛乳	御飯,ぶりと野菜の煮物,こまつなのナムル,切り干し大根のみそ汁,バナナ	牛乳,いちごジャムサンド
11	土	麦茶,ほたば焼	コーンラーメン,ピーマンとソーセージのソテー,グレープフルーツ	麦茶,星たべよ
12	日	お休み		
13	月	牛乳	和風カレー丼,じゃがいものみそ汁,オレンジ	牛乳,ホームパイ
14	火	鉄入り牛乳	わかめ御飯,たらのみそマヨ焼き,さつま芋と昆布の煮物,小松菜のすまし汁,キウイフルーツ	牛乳,ココナッツサブシ
15	水	牛乳	御飯,鶏肉のコーン焼き,卵の花,青菜とえのきのみそ汁,りんご	牛乳,ぶどうゼリー
16	木	りんごジュース	御飯,納豆のみそ炒め,かぼちゃの甘煮,白菜のすまし汁,バナナ	牛乳,味しらべ
17	金	牛乳	食育ごはん,鮭の照り焼き,ブロッコリーの塩昆布和え,ラディッシュの甘酢漬,じゃがいもと新玉のみそ汁,グレープフルーツ	麦茶,フルーチェ
18	土	麦茶,うす焼きせんべい	三色そぼろ丼,もやしのみそ汁,キウイフルーツ	麦茶,ホームパイ
19	日	お休み		
20	月	牛乳	御飯,クリームシチュー,きゅうりの中華風サラダ,オレンジ	牛乳,ぱりんこ
21	火	牛乳	御飯,さけの西京焼き,ちくわと青菜のさっと煮,けんちん汁,バナナ	牛乳,星たべよ
22	水	牛乳	ミートスパゲティ,アスパラガスのコンソメスープ,りんご	牛乳,わかめおにぎり
23	木	野菜ジュース	マーボー丼,こまつなのナムル,はるさめと海苔のスープ,キウイフルーツ	牛乳,ギョース アスパラガス
24	金	牛乳	御飯,ぶりの角煮,ブロッコリーのケチャップ炒め,ごぼうのごまみそ汁,りんご	牛乳,バナナケーキ
25	土	麦茶,星たべよ	鶏の照り焼き丼,納豆と大根のみそ汁,グレープフルーツ	麦茶,ほたば焼
26	日	お休み		
27	月	牛乳	カレーライス,切り干し大根のサラダ,わかめスープ,オレンジ	牛乳,ギョース アスパラガス
28	火	鉄入り牛乳	御飯,さけの塩焼き,さつま芋とちくわの煮物,青菜のすまし汁,りんご	牛乳,味しらべ
29	水	牛乳	御飯,じゃが芋と鶏肉の煮物,ほうれん草のおかか和え,わかめのみそ汁,グレープフルーツ	牛乳,コーンマヨトースト
30	木	ドリンクヨーグルト	御飯,ツナじゃが,はるさめサラダ,中華スープ,キウイフルーツ	牛乳,白い風船
31	金	牛乳	御飯,タンドリーチキン,ブロッコリーのごま和え,キャベツのみそ汁,オレンジ	牛乳,フルーツボンチ

	1礼キ - kcal	たんぱく g	脂質 g	食塩 g
3才未満児	423	17.9	13	1.4
目標量	458	17.2	12.7	1.5

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
 ☆緑の野菜が旬な季節。ちょっぴり苦手と言う子もいますが、少しずついろいろな食材に興味を持って食べられるといいですね！

今月のオススメはアスパラガスのコンソメスープです。アスパラガスには体の調子を整えたり、疲れを取ってくれる栄養素が含まれています。スープに入れることでアスパラの栄養を残さず摂ることができます。



献立表

2024年05月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
01(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	中華丼(軟飯) 豆腐の中華スープ キウイフルーツ	全粥 白菜のトロみ煮 豆腐のスープ キウイフルーツ	7倍粥 白菜のトロみ煮 豆腐のスープ オレンジ	10倍粥 野菜のトロみ煮 豆腐のすまし汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ふかし芋	麦茶 ふかし芋	麦茶 ふかし芋	ミルク
02(木)	午前おやつ	ドリンクヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	こいのぼりカレー(軟飯) ジャーマンポテト きのこのすまし汁 オレンジ	全粥 ツナのトマト煮 きのこのすまし汁 オレンジ	7倍粥 ツナのトマト煮 にんじんのすまし汁 オレンジ	10倍粥 野菜のだし煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 どうぶつビスケット	麦茶 どうぶつビスケット	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
07(火)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 さばのおろし煮 ひじきの煮物 つぶし大豆のみそ汁 りんご	全粥 さけのおろし煮 つぶし大豆のみそ汁 りんご	7分粥 さけのおろし煮 たまねぎスープ りんご	10倍粥 さつまいもと人参のマッシュ りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	ミルク
08(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 スタミナ納豆 チンゲン菜と厚揚げ炒め えのきとかにかまのスープ キウイフルーツ	全粥 スタミナ納豆 えのきのスープ キウイフルーツ	7倍粥 スタミナ納豆 チンゲン菜のすまし汁 オレンジ	10倍粥 野菜のトロみ煮 納豆 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃの茶巾	麦茶 かぼちゃの茶巾	麦茶 かぼちゃの茶巾	ミルク
09(木)	午前おやつ	ぶどうジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ	全粥 レバーと芋の甘辛煮 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ	7倍粥 野菜の煮物 豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 野菜の煮物 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
10(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 ぶり野菜の煮物 こまつなのナムル 切り干し大根のみそ汁 バナナ	全粥 さけと野菜の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	7倍粥 さけと野菜の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ	10倍粥 根菜と小松菜のコンソメ煮 バナナ ミルク
	午後おやつ	牛乳 いちごジャムサンド	麦茶 パン粥	麦茶 パン粥	ミルク
11(土)	午前おやつ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
	昼食	コーンラーメン ピーマンとソーセージのソテー グレープフルーツ	全粥 野菜煮 オレンジ	7倍粥 野菜煮 オレンジ	10倍粥 たまねぎとにんじんのだし煮 オレンジのくず湯 ミルク
	午後おやつ	麦茶 ミルクウエハース	麦茶 ミルクウエハース	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
13(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	和風カレー丼(軟飯) じゃがいものみそ汁 オレンジ	全粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものすまし汁 オレンジ	10倍粥 豆腐と野菜の煮物 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃクッキー	麦茶 かぼちゃクッキー	麦茶 ハイハイ	ミルク
14(火)	午前おやつ	鉄入り牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	わかめ軟飯 たらのみそマヨ焼き さつまいもと昆布の煮物 小松菜のすまし汁 キウイフルーツ	全粥 たらのみそ焼き 小松菜のすまし汁 キウイフルーツ	7倍粥 鮭のだし煮 小松菜のすまし汁 りんご	10倍粥 小松菜のトロみ煮 りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 バナナクッキー	麦茶 バナナクッキー	麦茶 小魚せんべい	ミルク

献立表

2024年05月

ハビネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
15(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 青菜とえのきのみそ汁 りんご	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 青菜とえのきのみそ汁 りんご	7倍粥 鶏肉のとろみ煮 にんじんとチンゲンサイのすまし汁 りんご	10倍粥 野菜のとろみ煮 りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ぶどうゼリー	麦茶 オレンジ	麦茶 オレンジ	ミルク
16(木)	午前おやつ	りんごジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	御飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 白菜のすまし汁 バナナ	全粥 納豆のみそ炒め 白菜のすまし汁 バナナ	7倍粥 納豆 白菜のすまし汁 バナナ	10倍粥 白菜のすまし汁 バナナマッシュ ミルク
	午後おやつ	牛乳 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	ミルク
17(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	食育ごはん(軟飯) 鮭の照り焼き ブロッコリーの塩昆布和え ラディッシュの甘酢漬け じゃがいもと新玉のみそ汁 グレープフルーツ	全粥 鮭とお麩のトトロ ブロッコリーのきな粉和え じゃがいもとわかめのみそ汁 バナナ	7倍粥 鮭とお麩のトトロ ブロッコリーのきな粉和え じゃがいものすまし汁 バナナ	10倍粥 野菜のだし煮 じゃが芋のミルクスープ ミルク
	午後おやつ	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 フルーツヨーグルト	ミルク
18(土)	午前おやつ	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
	昼食	三色そばろ丼 もやしのみそ汁 キウイフルーツ	全粥 そばろ煮 もやしのみそ汁 オレンジ キウイフルーツ	7倍粥 野菜のとろみ煮 野菜のとろみ煮 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 野菜のとろみ煮 野菜のとろみ煮 オレンジのくず湯 ミルク
	午後おやつ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
20(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 クリームシチュー きゅうりの中華風サラダ オレンジ	全粥 クリームシチュー オレンジ	7倍粥 クリームシチュー オレンジ	10倍粥 野菜のマッシュ オレンジ果汁 ミルク ミルク
	午後おやつ	牛乳 どうぶつビスケット	麦茶 どうぶつビスケット	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
21(火)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 鮭の西京焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	全粥 鮭の西京焼き けんちん汁 バナナ	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ	10倍粥 野菜煮 バナナミルク ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃクッキー	麦茶 かぼちゃクッキー	麦茶 ハイハイ	ミルク
22(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	ミートスパゲティ きのこのスープ りんご	和風スパゲティ きのこのスープ りんご	7倍粥 ツナのとろみ煮 豆腐すまし汁 りんご	10倍粥 玉ねぎと豆腐のだし煮 煮りんご ミルク ミルク
	午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
23(木)	午前おやつ	野菜ジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	マーボー丼(軟飯) こまつなのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ	全粥 鶏ひきと豆腐の炒めもの 海苔スープ キウイフルーツ	7倍粥 豆腐のだし煮 こまつなのスープ オレンジ	10倍粥 豆腐のだし煮 こまつなのスープ ミルク ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
24(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 ぶりの角煮 ブロッコリーのケチャップ炒め ごぼうのごまみそ汁 りんご	全粥 さけのしょうゆ煮 たまねぎのみそ汁 りんご	7倍粥 さけ煮 ブロッコリーのスープ りんご	10倍粥 ブロッコリーのスープ りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 バナナケーキ	麦茶 バナナ	麦茶 バナナ	ミルク

献立表

2024年05月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
25(土)	午前おやつ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	ミルク
	昼食	鶏の照り焼き丼(軟飯) 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	全粥 鶏肉のとりみ煮 納豆と大根のみそ汁 オレンジ	7倍粥 納豆 大根のすまし汁 オレンジ	10倍粥 豆腐と大根のだし煮 オレンジのくず湯 ミルク
	午後おやつ	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
27(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	カレーライス(軟飯) 切干し大根のサラダ わかめスープ オレンジ	全粥 ポトフ 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	7倍粥 ポトフ 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 ポトフ オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 小魚せんべい	ミルク
28(火)	午前おやつ	鉄入り牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 さけの塩焼き さつま芋とちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご	全粥 さけの塩焼き 青菜のすまし汁 りんご	7倍粥 さけのだし煮 青菜のすまし汁 りんご	10倍粥 豆腐と野菜煮 りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃクッキー	麦茶 かぼちゃクッキー	麦茶 ハイハイ	ミルク
29(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁 グレープフルーツ	全粥 じゃが芋と鶏肉の煮物 わかめのみそ汁 オレンジ	7倍粥 じゃが芋と鶏肉のだし煮 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 ほうれん草のとりみ煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 コーンマヨトースト	麦茶 パン粥	麦茶 パン粥	ミルク
30(木)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 ツナじゃが はるさめサラダ 中華スープ キウイフルーツ	全粥 ツナじゃが えのきのスープ キウイフルーツ	7倍粥 ツナじゃが 人参スープ りんご	10倍粥 野菜のだし煮 すりりんご ミルク
	午後おやつ	牛乳 どうぶつビスケット	麦茶 どうぶつビスケット	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
31(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 タンドリーチキン ブロッコリーのごま和え キャベツのみそ汁 オレンジ	全粥 鶏肉のしょうゆ煮 キャベツのみそ汁 オレンジ	7倍粥 ツナと野菜のとりみ煮 ブロッコリーのスープ オレンジ	10倍粥 キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 フルーツポンチ	麦茶 バナナ	麦茶 バナナ	ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆お子さんに合わせてミルクの提供を行います。

☆緑の野菜が旬な季節。ちよっぴり苦手と言う子もいますが
少しずついろいろな食材に興味を持って食べられるといいですね！



献立表

2024年05月

ハビネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	卵アレルギー	小麦・卵アレルギー	小麦アレルギー（離乳）
01(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	中華丼 豆腐の中華スープ キウイフルーツ		中華丼 豆腐の中華スープ キウイフルーツ	
02(木)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ふかし芋		ふかし芋	
07(火)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	このぼりカレー ジャーマンポテト きのこのすまし汁 オレンジ		このぼりカレー ジャーマンポテト きのこのすまし汁 オレンジ	
08(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 さばのおろし煮 ひじきの煮物 つぶし大豆のみそ汁 りんご		御飯 さばのおろし煮 ひじきの煮物 つぶし大豆のみそ汁 りんご	
09(木)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ばりんこ		クッキー	
10(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 スタミナ納豆 チンゲン菜と厚揚げ炒め えのきとかにかまのスープ キウイフルーツ		御飯 スタミナ納豆 チンゲン菜と厚揚げ炒め えのきとかにかまのスープ キウイフルーツ	
11(土)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	かぼちゃの茶巾		かぼちゃの茶巾	
13(月)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ふどうジュース		ふどうジュース	
14(火)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ		御飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ	
15(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ぼたぼた焼き		白い風船	
16(木)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 ふりと野菜の煮物 こまつなのナムル 切り干し大根のみそ汁 バナナ		御飯 ふりと野菜の煮物 こまつなのナムル 切り干し大根のみそ汁 バナナ	
17(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	いちごジャムサンド		いちごジャムサンド(米粉パン)	
18(土)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	麦茶 ぼたぼた焼		麦茶 せんべい	
19(日)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	コーンラーメン ピーマンとソーセージのソテー グレープフルーツ		御飯 豚肉と野菜の炒め物 ピーマンとソーセージのソテー グレープフルーツ	
20(月)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	麦茶 皇たべよ		麦茶 せんべい	
21(火)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	和風カレー丼 じゃがいものみそ汁 オレンジ		和風カレー丼 じゃがいものみそ汁 オレンジ	
22(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	味しらべ		クッキー	
23(木)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	わかめ御飯 たらのみそマヨ焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 キウイフルーツ		わかめ御飯 たらのみそマヨ焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 キウイフルーツ	
24(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ばりんこ		せんべい	
25(土)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 青菜とえのきのみそ汁 りんご		御飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 青菜とえのきのみそ汁 りんご	
26(日)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ふどうゼリー		ふどうゼリー	
27(月)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	りんごジュース		りんごジュース	
28(火)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 白菜のすまし汁 バナナ		御飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 白菜のすまし汁 バナナ	
29(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	味しらべ		せんべい	

献立表

2024年05月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	卵アレルギー	小麦・卵アレルギー	小麦アレルギー（離乳）
17(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	食育ごはん 鮭の照り焼き ブロッコリーの塩昆布和え ラディッシュの甘酢漬け じゃがいもと新玉のみそ汁 グレープフルーツ		食育ごはん 鮭の照り焼き ブロッコリーの塩昆布和え ラディッシュの甘酢漬け じゃがいもと新玉のみそ汁 グレープフルーツ	
	午後おやつ	調製豆乳 おかかおにぎり		麦茶 フルーチェ	
18(土)	午前おやつ	麦茶 うす焼きせんべい		麦茶 せんべい	
	昼食	三色そばろ丼 もやしのみそ汁 キウイフルーツ		三色そばろ丼 もやしのみそ汁 キウイフルーツ	
	午後おやつ	麦茶 ほたば焼		麦茶 クッキー	
20(月)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 クリームシチュー きゅうりの中華風サラダ オレンジ		御飯 クリームシチュー きゅうりの中華風サラダ オレンジ	
	午後おやつ	調製豆乳 りんご		牛乳 せんべい	
21(火)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 さけの西京焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ		御飯 さけの西京焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	
	午後おやつ	調製豆乳 星たべよ		牛乳 せんべい	
22(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	ミートスバゲティー アスパラガスのコンソメスープ りんご		ミートライス アスパラガスのコンソメスープ りんご	
	午後おやつ	調製豆乳 わかめおにぎり		牛乳 わかめおにぎり	
23(木)	午前おやつ	野菜ジュース		野菜ジュース	
	昼食	マーボー丼 こまつなのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ		マーボー丼 こまつなのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ	
	午後おやつ	調製豆乳 ギルバ アスパラガス		牛乳 白い風船	
24(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 ぶりの角煮 ブロッコリーのケチャップ炒め ごぼうのごまみそ汁 りんご		御飯 ぶりの角煮 ブロッコリーのケチャップ炒め ごぼうのごまみそ汁 りんご	
	午後おやつ	調製豆乳 バナナケーキ		牛乳 バナナ	
25(土)	午前おやつ	麦茶 星たべよ		麦茶 せんべい	
	昼食	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ		鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	
	午後おやつ	麦茶 ほたば焼		麦茶 クッキー	
27(月)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	カレーライス 切干し大根のサラダ わかめスープ オレンジ		カレーライス 切干し大根のサラダ わかめスープ オレンジ	
	午後おやつ	調製豆乳 ギルバ アスパラガス		牛乳 せんべい	
28(火)	午前おやつ	調製豆乳		鉄入りの牛乳	
	昼食	御飯 さけの塩焼き さつま芋とちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご		御飯 さけの塩焼き さつま芋とちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご	
	午後おやつ	調製豆乳 味しらべ		牛乳 せんべい	
29(水)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁 グレープフルーツ		御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁 グレープフルーツ	
	午後おやつ	調製豆乳		牛乳 コーンマヨトースト（米粉パン）	

献立表

2024年05月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	卵アレルギー	小麦・卵アレルギー	小麦アレルギー（離乳）
30(木)	午前おやつ	調製豆乳		ドリンクヨーグルト	
	昼食	御飯 ツナじゃが はるさめサラダ 中華スープ キウイフルーツ		御飯 ツナじゃが はるさめサラダ 中華スープ キウイフルーツ	
	午後おやつ	調製豆乳 星たべよ		牛乳 白い風船	
31(金)	午前おやつ	調製豆乳		牛乳	
	昼食	御飯 タンドリーチキン ブロッコリーとツナの和え物 キャベツのみそ汁 オレンジ		御飯 タンドリーチキン ブロッコリーのごま和え キャベツのみそ汁 オレンジ	
	午後おやつ	調製豆乳 フルーツポンチ		牛乳 フルーツポンチ	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆緑の野菜が旬な季節。ちょっと苦手と言う子もいますが
少しずついろいろな食材に興味を持って食べられるといいですね！

