



# 今月のこんだて表

幼児食 2023年5月号  
し〜な保育園

日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ	
1	月	ごはん	さばのみそ煮	がんもの含め煮 フルーツ	豆腐のすまし汁	バナナヨーグルト	
2	火	チキンライス	こいのぼりハンバーグ	コールスローサラダ フルーツ	コンソメスープ	しらすトースト	
3	水	憲法記念日					
4	木	みどりの日					
5	金	こどもの日 					
6	土	麺	たぬきうどん	ごま和え フルーツ	麦茶	おかかおにぎり	
7	日						
8	月	ごはん	ハヤシライス	温サラダ フルーツ	コンソメスープ	きなこサンド	
9	火	ごはん	チキンカツ	ちくわサラダ フルーツ	厚揚げのみそ汁	ホットケーキ	
10	水	ごはん	豚肉と野菜の中華旨煮	しゅうまい フルーツヨーグルト	中華スープ	メロンラスク	
11	木	ごはん	鶏肉のチーズ焼き	小松菜の和え物 フルーツ	白菜のみそ汁	ヨーグルトケーキ	
12	金	麺	けんちんうどん	大根サラダ フルーツ、チーズ	麦茶	わかめおにぎり	
13	土	ごはん	豚丼	人参の金平 りんごのコンポート	大根のみそ汁	ごま塩おにぎり	
14	日						
15	月	ごはん	麻婆豆腐	三色ナムル ヨーグルト	わかめのみそ汁	カルシウムラスク	
16	火	ごはん	さけのごま漬け焼き	昆布の炒め煮 フルーツ	小松菜のみそ汁	いちご蒸しパン	
17	水	麺	五目うどん	ブロッコリーのサラダ フルーツ	麦茶	ゆかりおにぎり	
18	木	ごはん	炒り鶏	ごましらす和え フルーツ	高野豆腐のみそ汁	ぶどうゼリー	
19	金	麺	和風スパゲティ	グリーンサラダ フルーツ、チーズ	コーンスープ	チーズおにぎり	
20	土	麺	きつねうどん	キャベツのおかか和え いちごゼリー	麦茶	わかめおにぎり	
21	日						
22	月	青菜ごはん	鶏肉の豆乳炒め	切干大根の煮物 フルーツ	チンゲン菜スープ	フライドチーズポテト	
23	火	パン	チリコンカーン	ポテトサラダ ゼリー	コンソメスープ	しらすおにぎり	
24	水	麺	野菜たんめん	コロッケ フルーツ、チーズ	麦茶	洋梨ケーキ	
25	木	ごはん	豆腐のきのこあんかけ	コーンとチーズのサラダ ゼリー	菜の花のみそ汁	ブチドック	
26	金	ごはん	さばの西京焼き	小松菜の菜種和え フルーツ	焼き豆腐のみそ汁	スイートポテト	
27	土	麺	肉うどん	ひじきサラダ フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり	
28	日						
29	月	ごはん	タンドリーチキン	茹野菜サラダ フルーツ	里芋のみそ汁	クッキー	
30	火	ごはん	豚肉の生姜焼き	コーンサラダ フルーツ	じゃが芋のみそ汁	いちごゼリー	
31	水	ごはん	カレーライス	コールスローサラダ フルーツ	野菜スープ	みかんヨーグルト	

\*仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳が付きません。