



# わんぱく保育園献立表(5月分)



9:30			11:00			15:00			離乳食					
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期		後期	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30	
1	月	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の味噌汁 じゃが芋のベーコン煮 えのきのごま和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ 人参マッシュ	7倍かゆ わかめスープ 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ わかめスープ 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮					
2	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 野菜スープ サーモン入りコロッケ ミックス野菜 バナナ	ぶどうゼリー	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつじゃこ煮					
6	土	牛乳 せんべい	ご飯 麩の味噌汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 あられ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ おじや じゃが芋の白煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 おじや じゃが芋の白煮					
8	月	牛乳 せんべい	ご飯 じゃが芋の味噌汁 白ごまつくね ひじきサラダ	ヨーグルト和え	10倍かゆ 小松菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ じゃこじゃが					
9	火	牛乳 パンフライチップ	ご飯 豆腐の清汁 牛肉のうま煮 きゃべつのおかか和え	牛乳 いちご蒸しパン	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 麩のあげぼの煮					
10	水	牛乳 お米スナック	ご飯 人参の味噌汁 赤魚の煮付 野菜の昆布和え	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 チンゲン菜スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ チンゲン菜スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のきな粉和え					
11	木	牛乳 ビスケット	ご飯 麻婆豆腐 シルバーサラダ	牛乳 ココアケーキ	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ わかめスープ きゃべつそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ わかめスープ きゃべつそぼろ煮					
12	金	牛乳 ウエハース	ご飯 高野のスープ ガリバナチキン 胡瓜のゆかり和え	カルピスかん	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のうま煮	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 高野豆腐のうま煮					
13	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 わんぱくカレー きゃべつとツナの和風サラダ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 グリビースのやわらか煮	5倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 グリビースのやわらか煮					
15	月	牛乳 せんべい	ご飯 にゅうめん 栄養きんぴら もやしの和え物	豆乳パパロア	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 豆乳スープ 人参の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 豆乳スープ 人参の甘煮					
16	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 麩の清汁 五目煮豆 スパゲティサラダ	牛乳 黒ごま・きな粉 サンド	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ 清汁 きゃべつそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつそぼろ煮					
17	水	牛乳 ビスケット	ご飯 しめじの味噌汁 鯖の煮付 野菜のごま和え	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 野菜スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮					
18	木	牛乳 ビスケット	カレーピラフ えのきのスープ 里のコロッケ 胡瓜の昆布和え バナナ	牛乳 ケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 グリビースのやわらか煮					
19	金	牛乳 クラッカー	ご飯 人参の味噌汁 ちくわの甘辛煮 切干大根のサラダ	お茶 おにぎり	10倍かゆ グリーンマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮					
20	土	牛乳 せんべい	ご飯 ハヤシチュー しよゆフレンチ	牛乳 あられ	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋のケチャップ煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ わかめスープ じゃが芋のケチャップ煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮					
22	月	牛乳 ウエハース	ご飯 麩の味噌汁 煮込みハンバーグ ミックス野菜	ぶどうゼリー	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 グリビースのやわらか煮					
23	火	牛乳 ビスケット	ご飯 ビーフ汁 じゃこじゃが 胡瓜のごま和え	フルーツ和え	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが					
24	水	牛乳 クッキー	ご飯 わかめの味噌汁 鶏肉の炒り煮 きゃべつゆかり和え	牛乳 フライドポテト	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつうま煮	5倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつうま煮					
25	木	牛乳 クラッカー	ご飯 ビーンズスープ いわしの梅煮 もやしとにらの和え物	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え					
26	金	牛乳 ビスケット	ご飯 ビーフカレー きゃべつとコーンのサラダ オレンジ	豆乳プリン	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 グリビースのやわらか煮					
27	土	牛乳 せんべい	野菜ラーメン わかめと胡瓜のツナサラダ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 清汁 人参の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮					
29	月	牛乳 ビスケット	ご飯 コンソメスープ スタミナ納豆 胡瓜のごま和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 清汁 きゃべつじゃこ煮	7倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつじゃこ煮	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の甘煮					
30	火	牛乳 紫芋スナック	ご飯 豆腐の味噌汁 豚肉の生姜焼き 野菜ののり和え	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮					
31	水	牛乳 クッキー	ご飯 玉ねぎの味噌汁 変わりきんぴら きゃべつと胡瓜のおかか和え	ピーチかん	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮					