



こんだてひょう

令和6年5月1日 王司保育園 3歳未満児クラス



入園してひと月が過ぎたこの頃、こどもたちは緊張が緩み、疲れも出やすい時期になってきました。食欲がないときでも水分だけは十分にとるようにしましょう。少し回復してきたら、消化の良いうどんやおかゆなどから食べ始めましょう。



日	曜	献立名	主な材料	10時おやつ	3時おやつ
1	水	ポークカレー 味噌ドレッシングサラダ バナナ	豚もも肉 ジャガ芋 玉ねぎ にんじん グリンピース サラダ油 カレールウ 薄力粉 固形ブイヨン キャベツ きゅうり 緑豆もやし 鶏卵 麦味噌 みりん 穀物酢 バナナ	カルピス 菓子	牛乳 クッキー
2	木	鯉のぼりバーグ ポテトサラダ キャベツのスープ フルーツポンチ	合挽ミンチ 玉ねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 サラダ油 プロセスチーズ トマトケチャップ アスパラガス マヨネーズ トマト ジャガ芋 おから にんじん きゅうり シーチキン油漬 キャベツ 固形ブイヨン パイン缶 白桃 みかん缶	牛乳 菓子	カルピス チーズサンドパン
7	火	白身魚の照り焼き 小松菜のナムル さつま芋の味噌汁 ゼリー	あかうお 濃口しょうゆ みりん 上白糖 清酒 レタス 小松菜 キャベツ にんじん ぶなしめじ 塩 こしょう ごま油 いりごま 玉ねぎ えのきたけ カットわかめ さつま芋 煮干し 麦味噌 ゼリー	牛乳 果物	カルピス パンケーキ
8	水	鶏肉の照り焼き 粉ふき芋 付け合わせ 春雨スープ	若鶏もも肉 濃口しょうゆ みりん 清酒 ジャガ芋 塩 こしょう ブロッコリー 緑豆春雨 ほうれん草 緑豆もやし 生しいたけ ロースハム 顆粒中華だし いりごま	牛乳 菓子	牛乳 バームクーヘン
9	木	イタリアンオムレツ キャベツの甘酢漬け 豆腐の味噌汁	ウイナーソーセージ ジャガ芋 玉ねぎ にんじん グリンピース 鶏卵 牛乳 スキムミルク サラダ油 キャベツ トマトケチャップ シーチキン油漬 穀物酢 濃口しょうゆ みりん 煮干し 麦味噌 木綿豆腐 ぶなしめじ 小ねぎ	牛乳 菓子	お茶 おにぎり
10	金	厚揚げのそぼろ煮 ひじきの和風サラダ チーズ	生揚げ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん えのきたけ グリンピース 濃口しょうゆ かつお節 上白糖 清酒 片栗粉 干しひじき きゅうり スイートコーン缶 赤パプリカ 穀物酢 塩 こしょう 穀物酢 いりごま プロセスチーズ	牛乳 菓子	牛乳 クラッカー
11	土	きつねうどん バナナ	うどん 油揚げ 若鶏むね肉 にんじん 生しいたけ 濃口しょうゆ 上白糖 ほうれん草 小ねぎ とうろ昆布 昆布 かつお節 清酒 みりん バナナ	牛乳 菓子	プリン
13	月	鶏のすき煮 新ごぼうのサラダ かき玉汁	若鶏もも肉 焼き豆腐 わけぎ 白菜 ぶなしめじ 濃口しょうゆ みりん 清酒 上白糖 ごぼう シーチキン油漬 ジャガ芋 にんじん マヨネーズ 昆布 かつお節 鶏卵 キャベツ カットわかめ 西洋かぼちゃ 薄口しょうゆ	牛乳 菓子	牛乳 スティックパン
14	火	真砂揚げ キャベツの昆布和え たけのこの味噌汁	木綿豆腐 鶏ミンチ しらす干し 玉ねぎ にんじん 干しひじき 鶏卵 片栗粉 濃口しょうゆ 清酒 サラダ油 キャベツ きゅうり 赤パプリカ 塩昆布 昆布 いりごま たけのこ カットわかめ 油揚げ 煮干し 麦味噌	牛乳 果物	お茶 焼きそば
15	水	チキンのトマト煮 粉ふき芋 わかめサラダ バナナ	若鶏もも肉 大豆水煮缶 トマト水煮缶 ジャガ芋 玉ねぎ ぶなしめじ 固形ブイヨン 塩 こしょう パセリ カットわかめ きゅうり シーチキン水煮 濃口しょうゆ 穀物酢 上白糖 いりごま バナナ	牛乳 菓子	牛乳 クッキー
16	木	グリンピース混ぜご飯 豚肉とアスパラのボン酢炒め そうめん汁	グリンピース 昆布 濃口しょうゆ かつお節 豚肩肉 清酒 にんにく 薄力粉 アスパラガス 赤パプリカ ぶなしめじ サラダ油 ボン酢しょうゆ そうめん 赤板 玉ねぎ にんじん ほうれん草 薄口しょうゆ プリン	ヤクルト 菓子	カルピス チーズサンドパン
17	金	煮魚 キャベツのマヨ和え 切干大根の味噌汁 ヨーグルト和え	あかうお 玉ねぎ チンゲン菜 しょうが 濃口しょうゆ みりん 清酒 キャベツ にんじん スイートコーン缶 ロースハム マヨネーズ 切干大根 ぶなしめじ 白ねぎ 煮干し 麦味噌 ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 バナナ	牛乳 菓子	牛乳 ポテトチップ
18	土	あんかけ焼きそば バナナ	中華揚げ麺 豚肩肉 赤板 キャベツ 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし きくらげ サラダ油 顆粒中華だし 薄口しょうゆ 塩 こしょう 小ねぎ 片栗粉 バナナ	牛乳 菓子	ヨーグルト
20	月	肉じゃが グリーンサラダ オレンジ	牛肩肉 ジャガ芋 玉ねぎ にんじん さやいんげん しらたき サラダ油 濃口しょうゆ 上白糖 みりん レタス 清酒 ロースハム きゅうり アスパラガス トマト スイートコーン缶 フレンチドレッシング バレンシアオレンジ	牛乳 菓子	牛乳 チョコレート
21	火	魚フライオーロラソースがけ もやしサラダ 若竹汁	あかうお 薄力粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 マヨネーズ トマトケチャップ 緑豆もやし きゅうり にんじん 油揚げ 濃口しょうゆ 上白糖 穀物酢 ごま油 たけのこ カットわかめ 昆布 かつお節 薄口しょうゆ 清酒	牛乳 果物	カルピス パンケーキ
22	水	厚揚げのソースおかか炒め ゆかり和え 味噌汁	生揚げ 豚バラ肉 青ピーマン 玉ねぎ サラダ油 清酒 ウスターソース 濃口しょうゆ かつお節 大根 にんじん えのきたけ ゆかり 煮干し 煮干し ジャガ芋 ごぼう カットわかめ 麦味噌	牛乳 菓子	牛乳 バームクーヘン
23	木	牛肉とアスパラのちらし寿司 かき玉汁 なすのお浸し ヨーグルト	牛もも肉 赤パプリカ アスパラガス 生しいたけ 濃口しょうゆ 上白糖 サラダ油 スイートコーン缶 いりごま 穀物酢 鶏卵 木綿豆腐 カットわかめ 顆粒中華だし 薄口しょうゆ レタス なす かつお節 みりん ヨーグルト	カルピス 菓子	お茶 焼きそば
24	金	豚マヨ炒め 野菜の甘酢和え 味噌汁	豚肩肉 しょうが にんにく キャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ マヨネーズ 濃口しょうゆ 清酒 サラダ油 緑豆もやし きゅうり にんじん 穀物酢 上白糖 塩 木綿豆腐 なめこ 葉ねぎ 煮干し 麦味噌	牛乳 菓子	牛乳 クラッカー
25	土	ちゃんぽん バナナ	中華めん 塩 こしょう 赤板 キャベツ 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし サラダ油 顆粒中華だし 薄口しょうゆ 小ねぎ バナナ	牛乳 菓子	ゼリー
27	月	しょうが焼き きゅうりとわかめの酢の物 千切り野菜のすまし汁	豚肩ロース肉 玉ねぎ 青ピーマン しょうが 濃口しょうゆ 上白糖 清酒 サラダ油 きゅうり カットわかめ 赤板 穀物酢 薄口しょうゆ いりごま キャベツ にんじん さやえんどう えのきたけ 生揚げ 西洋かぼちゃ	牛乳 菓子	牛乳 スティックパン
28	火	鶏の唐揚げ 粉ふき芋 付け合わせ キャベツの味噌汁	若鶏もも肉 濃口しょうゆ 清酒 しょうが にんにく 片栗粉 塩 こしょう サラダ油 ジャガ芋 塩 こしょう ブロッコリー キャベツ にんじん 生しいたけ 煮干し 麦味噌	牛乳 果物	カルピス フレンチトースト
29	水	親子丼 酢味噌和え 沢煮椀	若鶏もも肉 濃口しょうゆ 清酒 玉ねぎ にんじん みつば 鶏卵 昆布 みりん 上白糖 わけぎ カットわかめ きゅうり 焼きちくわ 米味噌 穀物酢 小松菜 ごぼう 乾しいたけ さつま揚げ 昆布 かつお節 薄口しょうゆ	牛乳 菓子	牛乳 ポテトチップ
30	木	鮭のムニエル かぼちゃ汁 コールスロー パイン缶	紅鮭 薄力粉 有塩バター サラダ油 リーフレタス 西洋かぼちゃ ほうれん草 玉ねぎ えのきたけ 小ねぎ 煮干し 麦味噌 キャベツ にんじん スイートコーン缶 サウザンドレッシング マヨネーズ パイン缶	スポロン 菓子	お茶 おにぎり
31	金	ソーセージのトマトスパゲティ 新じゃがポタージュ ゼリー	スパゲッティ 塩 ウイナーソーセージ 玉ねぎ にんじん 青ピーマン なす ぶなしめじ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース パルメザンチーズ ジャガ芋 有塩バター 固形ブイヨン 牛乳 ゼリー	牛乳 菓子	牛乳 せんべい