

ひよこ・あひるぐみ 完了期 6がウ 献立表

やまのうちほいくえん
2020.5.26

	月 1.15.29	火 2.16.30	水 3.17	木 4.18	金 5.19	土 6.20
あひるぐみ	ごはん ・ビビンバ丼 (牛肉, 太もやし, きゅうりorほうれん草, 人参, ねぎ, しょうゆ, 砂糖, 酒, みりん, コマ油)	おにぎり ・魚のてりやき (魚, しょうゆ, 酒, 砂糖, みりん, 油) ・新玉ねぎのとりとろ煮 (豚ミンチ, 新玉ねぎ, 人参, えんどう豆, 片栗粉, しょうゆ, 砂糖, みりん, 酒) ・スティック野菜 (じゃがいも, トマト, 黄ハクサイ, えんどう豆, 塩)	おにぎり ・厚あづけ チャンプル (豚肉, 厚あづけ, 玉ねぎ, しめじ, 人参, ピーマン, しょうゆ, 塩) ・オクラの梅肉飯 (オクラ, 梅干し, 花かつお, しょうゆ) ・すまし汁 (花ふ, えのき, おつば, 酒, みりん, しょうゆ, 塩)	ごはん ・かぼちゃの カレーライス (合挽きミンチ, 人参, かぼちゃ, 玉ねぎ, バター, 小麦粉, カレー粉, スキムミルク, ヨーグルト, チーズ, リッチェツ, 黒砂糖, 塩) ・コールスローサラダ (キャベツ, きゅうり, ひとくちこし, 赤ハクサイ, 酢, 砂糖, 塩, オリーブ油)	おにぎり ・アジの南蛮漬け (アジ, 新玉ねぎ, 人参, ピーマン, 酢, しょうゆ, 砂糖, 酒, 油, 片栗粉) ・きゅうりと油あずの ゴマ和え (きゅうり, 油あず, 青しそ, コマ, しょうゆ) ・みそ汁 (豆腐, なめこ, わかめ, 味噌)	ごはん ・八宝菜丼 (豚肉, 白菜, 人参, しめじ, もやし, 鶏がらスープ, 塩, しょうゆ, 酒, 片栗粉) ・小松菜の しらすサラダ (小松菜, キャベツ, しらす干し, 酢, しょうゆ, 油)
ひよこぐみ	中華スープ (大根, 人参, 玉ねぎ, エリンギ, わかめ, 鶏がらスープ, 塩, コマ油) ・くだもの (オレンジ, さくらんぼ など)	水無月 強力粉, 白玉粉, 葛粉, 水, 砂糖, 塩, 甘納豆				
3時のおやつ (あひる)	<1.15日> カルピス寒天, お茶 (カルピス, 水, 寒天, みかん缶, <29日> ひとくちこし, 牛乳 (ひとくちこし, 塩))	<2.16日> 牛乳, パン, 牛乳 (強力粉, ベーキングパウダー, 砂糖, 塩, オリーブ油, コーン, ココア, レーズン など) <30日> 水無月, お茶	冷やしうどん, お茶 (細うどん, 昆布, 酒, みりん, かつおだし, しょうゆ, 濃口しょうゆ, 砂糖, 塩, かつおだし, しょうゆ, ねぎ)	バナナのおやき, お茶 (バナナ, 小麦粉, 砂糖)	ラスク, 牛乳 (食パン, バター, グラノーラ, ココアなど)	おせんべい など お茶
3時のおやつ (ひよこ)	<1.15日> フルーツ寒天, お茶 (寒天, 砂糖, みかん缶) <29日> ひとくちこし, 牛乳 (ひとくちこし, 塩)	<2.16日> フルーツうどん, お茶 (小麦粉, 片栗粉, 砂糖) <30日> 水無月, お茶	冷やしうどん, お茶 (細うどん, 昆布, かつおだし, 濃口しょうゆ, かつおだし, 塩, 砂糖, ねぎ)	果物, お茶 (オレンジ or リンゴ)	ラスク, 牛乳 (食パン, バター, グラノーラ, ココアなど)	おせんべい など お茶
あひるぐみ	おにぎり ・冷しゃぶ (豚肉, キャベツ, きゅうり, 太もやし, 三度豆, トマト, わかめ, レモン, しょうゆ, 砂糖, 酒, みりん) ・みそ汁 (なす, ぶ, オクラ, 味噌) ・くだもの (ピワ, オレンジ など)	おにぎり ・いわしのかば焼き (魚, 片栗粉, しょうゆ, 酒, みりん, 砂糖) ・3色ピーマンの カラフルいため (ピーマン, 赤ハクサイ, 黄ハクサイ, 花かつお, しょうゆ, 酒, みりん, 油) ・すまし汁 (まいたけ, しめじ, えのき, ねぎ, 酒, みりん, 塩, しょうゆ)	おにぎり ・すき焼き風煮 (牛肉, 焼豆腐, 玉ねぎ, 人参, ぶ, 白ねぎ, しょうゆ, 酒, みりん, 砂糖) ・きゅうりとわかめの ゴマ酢和え (きゅうり, わかめ, 酢, 砂糖, 塩) ・みそ汁 (じゃがいも, 油あげ, 人参, 味噌)	ハロン ・かぼちゃの グラタン (合挽きミンチ, かぼちゃ, 玉ねぎ, マッシュルーム, しめじ, ほうれん草, バター, 小麦粉, 牛乳, スキムミルク, チーズ, 塩) ・コンソメスープ (新玉ねぎ, 人参, キャベツ, パセリ, コンソメ, 塩)	おにぎり ・煮豚 (豚肉, しょうゆ, 酒, 砂糖) ・マカロニサラダ (マカロニ, シーチキン, きゅうり, 人参, コーン, 新玉ねぎ, 酢, 砂糖, 塩) ・みそ汁 (大根, もやし, 小松菜, 味噌)	おにぎり ・焼きビーフン (シーチキン, ビーフン, キャベツ, 太もやし, 玉ねぎ, 人参, 鶏がらスープ, 塩, しょうゆ, 油) ・中華スープ (エリンギ, えのき, わかめ, 鶏がらスープ, 塩, コマ油)
3時のおやつ (あひる)	豆腐ドーナツ, 牛乳 (豆腐, 小麦粉, 砂糖, ベーキングパウダー, 油)	ういろう, 牛乳 (小麦粉, 片栗粉, 砂糖, 黒砂糖, ココア, 小豆 など)	フルーツあんかけ, お茶 (寒天, 砂糖, めんたい, みかん缶, 桃缶, ほうじ茶 など)	梅しとじご飯のおにぎり, お茶 (米, 昆布, 塩, 梅干し, ちりめんじゃこ, 青じそ)	ぎゅうざの皮ご アップルパイ, 牛乳 (ぎゅうざの皮, リンゴ, レーズン, 砂糖)	ビスケット など お茶
3時のおやつ (ひよこ)	焼きドーナツ, 牛乳 (豆腐, 小麦粉, 砂糖, ベーキングパウダー)	フルーツういろう, 牛乳 (小麦粉, 片栗粉, 砂糖)	フルーツあんかけ, お茶 (寒天, 砂糖, バナナ, みかん缶, ほうじ茶 など)	梅しとじご飯のおにぎり, お茶 (米, 昆布, 塩, 梅干し, ちりめんじゃこ, 青じそ)	果物, 牛乳 (りんご)	ビスケット など お茶

ひよこ組は牛乳を温めて飲みます。