

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
7 木	おかゆ 煮魚 キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／ごは ん／さつまいも／三温糖 1kg	調製粉乳／まがれい／し らす干し(微乾燥品)	キャベツ／トマト／日 本かぼちゃ／玉葱／に んじん／だいこん／ほ うれんそう
	おじや さつまいも煮 ほうれん草煮			
8 金	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ ほうれん草煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かた くり粉1kg／食パン(市販 品)／じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき 肉／まぐろ缶詰(油漬フ ライト)	にんじん／はくさい／ ほうれんそう／トマト ／キャベツ／玉葱
	パン粥 ツナとじゃがいも煮 キャベツ煮 スープ			
9 土	おかゆ 鶏ひき肉と野菜煮 かぶ煮 煮きゅうり みそ汁	水稲穀粒(精白米)／食パ ン(市販品)	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき 肉／まがれい	玉葱／かぶ／きゅうり ／にんじん／ほうれん そう／キャベツ
	パン粥 煮魚 ほうれん草煮 スープ			
11 月	おかゆ 炒り鶏 人参煮 さつまいも煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温 糖1kg／さつまいも／食 パン(市販品)	調製粉乳／鶏若鶏肉モモ (皮付き)／しらす干し (微乾燥品)	にんじん／玉葱／キャ ベツ／かぶ
	パン粥 キャベツとしらす煮 かぶ煮 スープ			
12 火	おかゆ 煮魚 じゃがいも煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃ がいも／食パン(市販 品)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／鶏 若鶏肉ひき肉	トマト／キャベツ／玉 葱／にんじん／日本か ぼちゃ／だいこん
	パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 大根煮 スープ			
13 水	おかゆ 煮魚 じゃがいも煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃ がいも／食パン(市販 品)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／鶏 若鶏肉ひき肉	トマト／キャベツ／玉 葱／にんじん／日本か ぼちゃ／だいこん
	パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 大根煮 スープ			
14 木	おかゆ 麻婆豆腐風 かぶ煮 かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かた くり粉1kg／三温糖1kg／ ごはん	調製粉乳／木綿豆腐／し らす干し(微乾燥品)	かぶ／日本かぼちゃ／ キャベツ／玉葱／にん じん／だいこん／きゅ うり
	おじや キャベツ煮 煮きゅうり			
15 金	おかゆ 煮魚 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／食パ ン(市販品)	調製粉乳／まがれい／ま ぐろ缶詰(油漬フ ライト)	だいこん／トマト／に んじん／玉葱／かぶ／ キャベツ
	パン粥 ツナとかぶ煮 キャベツ煮 スープ			
16 土	おかゆ 煮魚 煮きゅうり かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温 糖1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／まがれい／豚 ひき肉	きゅうり／日本かぼ ちゃ／キャベツ／玉葱 ／にんじん／ほうれん そう
	煮込みうどん キャベツ煮 人参煮			
18 月	おかゆ 肉団子煮 人参煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン 粉(乾燥)／三温糖1kg／ かたくり粉1kg／ごはん ／さつまいも	調製粉乳／豚ひき肉／し らす干し(微乾燥品)	玉葱／にんじん／ブ ロッコリー／だいこん ／キャベツ
	おじや キャベツ煮 さつまいも煮			
19 火	おかゆ 魚のみそ煮 ほうれん草煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／食パ ン(市販品)／じゃがい も	調製粉乳／まがれい／ま ぐろ缶詰(油漬フ ライト)	ほうれんそう／トマト ／にんじん／玉葱／ キャベツ
	パン粥 ツナとじゃがいも煮 キャベツ煮 スープ			

令和2年 5月分

献立表 (後期)

西東京市立芝久保保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
20 ／ 水	おかゆ 肉じゃが煮 ほうれん草煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／食パン(市販品)	調製粉乳／豚ひき肉／しらす干し(微乾燥品)	にんじん／玉葱／ほうれんそう／トマト／キャベツ
	パン粥 キヤベツとしらす煮 人参煮 スープ			
21 ／ 木	おかゆ 肉団子煮 キヤベツ煮 かぶ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／かぶ／にんじん／ほうれんそう／きゅうり
	煮込みうどん 人参煮 煮きゅうり			
22 ／ 金	おかゆ 煮魚 煮きゅうり トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／食パン(市販品)	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(油漬フルークait)	きゅうり／トマト／キャベツ／玉葱／にんじん／ブロッコリー
	パン粥 ツナと人参煮 ブロッコリー煮 スープ			
23 ／ 土	おかゆ 鶏ひき肉とかぶ煮 煮きゅうり かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	かぶ／きゅうり／日本かぼちゃ／キャベツ／玉葱／にんじん／ほうれんそう
	煮込みうどん 人参煮 キヤベツ煮			
25 ／ 月	おかゆ 肉団子煮 キヤベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／じゃがいも／うどん(ゆで)	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／にんじん／ほうれんそう／かぶ／きゅうり
	煮込みうどん かぶ煮 煮きゅうり			
26 ／ 火	ミルク おかゆ ツナと野菜煮 煮きゅうり トマト煮 スープ ミルク おじや、キャベツ煮、人参煮	水稲穀粒(精白米)／ごはん	調製粉乳／まぐろ缶詰(油漬フルークait)／しらす干し(微乾燥品)	キャベツ／にんじん／きゅうり／トマト／玉葱／だいこん
	27 ／ 水			
28 ／ 木	おかゆ 肉団子煮 大根煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／さつまいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	玉葱／だいこん／トマト／にんじん／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／きゅうり
29 ／ 金	やわらかチャーハン さつまいも煮 煮きゅうり			
29 ／ 土	おかゆ 煮魚 煮きゅうり 人参煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／食パン(市販品)／じゃがいも	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(油漬フルークait)	きゅうり／にんじん／キャベツ／玉葱／ブロッコリー
	パン粥 ツナと大根煮 ブロッコリー煮 スープ			
30 ／ 土	おかゆ 魚のみそ煮 ほうれん草煮 じゃが芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／食パン(市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／鶏若鶏肉ひき肉	ほうれんそう／にんじん／玉葱／日本かぼちゃ／キャベツ
	パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 キャベツ煮 スープ			

※食材の仕入れ等により献立が変更になる場合がございます。ご了承ください。