

令和5年



## 5 月 の 献 立 表 ( 完 了 期 )



吹田市立保育園

はぎのきこども園

いずみ小規模園

| 日       | 朝のおやつ           | 離乳食                                      | 使用食品                                 |                               |                                               |                                          |        | おやつ                                                               |
|---------|-----------------|------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------|
| 1<br>月  | 牛乳<br>ルヴァンクラシカル | ごはん<br>いため煮<br><br>お浸し<br>納豆汁            | 精白米<br>豚肉<br>油<br>白菜<br>納豆           | たまねぎ<br>だし昆布<br>人参<br>みそ      | 人参<br>濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>だし昆布                | 三温糖                                      |        | 牛乳<br>じゃがいも餅<br>じゃがいも<br>片栗粉<br>塩<br>油<br>オレンジ                    |
| 2<br>火  | 牛乳<br>りんご       | ごはん<br>豚肉とキャベツの<br>みそ炒め煮<br>煮つけ<br>ビーフン汁 | 精白米<br>豚肉<br>みそ<br>さつまいも<br>ビーフン     | キャベツ<br>濃口しょうゆ<br>三温糖<br>人参   | たまねぎ<br>三温糖<br>濃口しょうゆ<br>けずり節<br>薄口しょうゆ       | 人参<br>油<br>けずり節                          | 太もやし   | 牛乳<br>蒸しパン<br>小麦粉<br>水<br>べーキングパウダー<br>白ざとう<br>油                  |
| 6<br>土  | 牛乳<br>お菓子       | 煮こみうどん<br><br>煮つけ                        | うどん<br>太もやし<br>じゃがいも                 | 豚肉<br>だし昆布<br>三温糖             | キャベツ<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>だし昆布              | たまねぎ<br>人参                               |        | 牛乳<br>りんごのコンポート<br>りんご<br>白ざとう<br>お菓子                             |
| 8<br>月  | 牛乳<br>オレンジ      | ごはん<br>クリームシチュー<br><br>お浸し<br>煮つけ        | 精白米<br>鶏肉<br>牛乳<br>ブロッコリー<br>じゃがいも   | サラダマカロニ<br>塩<br>濃口しょうゆ<br>三温糖 | たまねぎ<br>人参<br>小麦粉<br>濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>だし昆布 | 油                                        |        | 牛乳<br>ベークドパンプキン<br>南瓜<br>油                                        |
| 9<br>火  | 牛乳<br>ベビーせんべい   | ごはん<br>照焼<br>お浸し<br>みそ汁                  | 精白米<br>さわら<br>きゅうり<br>おつゆふ           | 三温糖<br>濃口しょうゆ<br>たまねぎ         | 濃口しょうゆ<br>油<br>みそ<br>けずり節                     |                                          |        | 牛乳<br>グレープゼリー<br>グレープジュース100%<br>水<br>ルヴァンクラシカル<br>寒天（粉末）<br>白ざとう |
| 10<br>水 | 牛乳<br>ハイハイ（野菜）  | ごはん<br>そばろ煮<br><br>お浸し<br>みそ汁            | 精白米<br>鶏ミンチ<br>けずり節<br>太もやし<br>南瓜    | たまねぎ<br>ほうれん草<br>みそ           | 人参<br>濃口しょうゆ<br>けずり節                          | 三温糖                                      | 濃口しょうゆ | 牛乳<br>人参ケーキ<br>小麦粉<br>卵<br>べーキングパウダー<br>三温糖<br>人参<br>油            |
| 11<br>木 | 牛乳<br>お子様せんべい   | ごはん<br>野菜の煮物<br><br>煮つけ<br>みそ汁           | 精白米<br>豚肉<br>濃口しょうゆ<br>さつまいも<br>おつゆふ | たまねぎ<br>けずり節<br>三温糖<br>みそ     | 大根<br>濃口しょうゆ<br>けずり節                          | 人参<br>けずり節                               | 三温糖    | 牛乳<br>りんごジャム<br>りんご<br>食パン<br>白ざとう                                |
| 12<br>金 | 牛乳<br>マンナ       | ごはん<br>白身魚のから揚げ<br>煮びたし<br>豆腐のスープ        | 精白米<br>キングフィレ<br>小松菜<br>豆腐           | 濃口しょうゆ<br>人参<br>たまねぎ          | 片栗粉<br>三温糖<br>豆苗                              | 油<br>濃口しょうゆ<br>けずり節<br>薄口しょうゆ            | けずり節   | 牛乳<br>レバールの甘辛煮<br>鶏レバー<br>三温糖<br>濃口しょうゆ<br>甘夏                     |
| 13<br>土 | 牛乳<br>お菓子       | 煮こみうどん<br><br>煮つけ                        | うどん<br>けずり節<br>さつまいも                 | 鶏肉<br>薄口しょうゆ<br>三温糖           | 白菜<br>濃口しょうゆ<br>けずり節                          | たまねぎ<br>人参                               |        | 牛乳<br>南瓜の甘煮<br>南瓜<br>白ざとう                                         |
| 15<br>月 | 牛乳<br>ハイハイ      | ごはん<br>鶏肉のオレンジ煮<br>おかか<br>野菜スープ          | 精白米<br>鶏肉<br>春キャベツ<br>太もやし           | 濃口しょうゆ<br>グリーンアスパラ<br>たまねぎ    | 三温糖<br>花かつお<br>人参                             | オレンジジュース100%<br>濃口しょうゆ<br>けずり節<br>薄口しょうゆ |        | 牛乳<br>マカロニあべかわ<br>サラダマカロニ<br>きな粉<br>りんご<br>白ざとう                   |
| 16<br>火 | 牛乳<br>ベビーせんべい   | ごはん<br>魚のおろし煮<br>お浸し<br>みそ汁              | 精白米<br>からすかえい<br>青梗菜<br>じゃがいも        | 三温糖<br>人参<br>たまねぎ             | 濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>みそ<br>けずり節                | 大根                                       |        | 牛乳<br>南瓜のから揚げ<br>南瓜<br>油                                          |
| 17<br>水 | 牛乳<br>ルヴァンクラシカル | ごはん<br>いため煮<br><br>お浸し<br>納豆汁            | 精白米<br>豚肉<br>油<br>白菜<br>納豆           | たまねぎ<br>だし昆布<br>人参<br>みそ      | 人参<br>濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>だし昆布                | 三温糖                                      |        | 牛乳<br>じゃがいも餅<br>じゃがいも<br>片栗粉<br>塩<br>油<br>オレンジ                    |
| 18<br>木 | 牛乳<br>お子様せんべい   | ごはん<br>鮭の塩焼<br>きゅうりとコーンのお浸し<br>レタスのスープ   | 精白米<br>生さけ<br>きゅうり<br>レタス            | 塩<br>コーン缶(粒)<br>たまねぎ          | 濃口しょうゆ<br>人参<br>けずり節<br>薄口しょうゆ                |                                          |        | 牛乳<br>米粉豆乳ケーキ<br>米粉<br>油<br>べーキングパウダー<br>豆乳<br>白ざとう<br>油          |



| 日   | 朝のおやつ           | 離乳食                                  | 使用食品                                 |                               |                               |                                |                     |                                                 | おやつ                   |
|-----|-----------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-----------------------|
| 19金 | 牛乳<br>りんご       | ごはん<br>豚肉とキャベツのみそ炒め煮<br>煮つけ<br>ビーフン汁 | 精白米<br>豚肉<br>みそ<br>さつまいも<br>ビーフン     | キャベツ<br>濃口しょうゆ<br>三温糖<br>人参   | たまねぎ<br>三温糖<br>濃口しょうゆ<br>けずり節 | 人参<br>油<br>けずり節<br>薄口しょうゆ      | 太もやし                | 牛乳<br>蒸しパン<br>小麦粉<br>水                          | ベ-キングパウダー 白ざとう<br>油   |
| 20土 | 牛乳<br>お菓子       | 煮こみうどん<br>煮つけ                        | うどん<br>太もやし<br>じゃがいも                 | 豚肉<br>だし昆布<br>三温糖             | キャベツ<br>薄口しょうゆ<br>濃口しょうゆ      | たまねぎ<br>だし昆布                   | 人参                  | 牛乳<br>りんごのコンポート<br>りんご<br>お菓子                   | 白ざとう                  |
| 22月 | 牛乳<br>オレンジ      | ごはん<br>クリームシチュー<br>お浸し<br>煮つけ        | 精白米<br>鶏肉<br>牛乳<br>ブロッコリー<br>じゃがいも   | サラダマカロニ<br>塩<br>濃口しょうゆ<br>三温糖 | たまねぎ<br>小麦粉<br>濃口しょうゆ         | 人参<br>油<br>だし昆布                | 油                   | 牛乳<br>ベークドパンプキン<br>南瓜<br>油                      |                       |
| 23火 | 牛乳<br>ベビーせんべい   | ごはん<br>照焼<br>お浸し<br>みそ汁              | 精白米<br>さわら<br>きゅうり<br>おつゆふ           | 三温糖<br>濃口しょうゆ<br>たまねぎ         | 濃口しょうゆ<br>みそ                  | 油<br>けずり節                      |                     | 牛乳<br>グレープゼリー<br>グレープジュース100%<br>水<br>ルヴァンクラシカル | 寒天（粉末） 白ざとう           |
| 24水 | 牛乳<br>ハイハイン（野菜） | ごはん<br>そばろ煮<br>お浸し<br>みそ汁            | 精白米<br>鶏ミンチ<br>けずり節<br>太もやし<br>南瓜    | たまねぎ<br>ほうれん草<br>みそ           | 人参<br>濃口しょうゆ<br>けずり節          | 三温糖                            | 濃口しょうゆ              | 牛乳<br>人参ケーキ<br>小麦粉<br>卵                         | ベ-キングパウダー 人参<br>三温糖 油 |
| 25木 | 牛乳<br>お子様せんべい   | ごはん<br>野菜の煮物<br>煮つけ<br>みそ汁           | 精白米<br>豚肉<br>濃口しょうゆ<br>さつまいも<br>おつゆふ | たまねぎ<br>けずり節<br>三温糖<br>みそ     | 大根<br>濃口しょうゆ<br>けずり節          | 人参<br>三温糖                      |                     | 牛乳<br>りんごジャム<br>りんご<br>食パン                      | 白ざとう                  |
| 26金 | 牛乳<br>マンナ       | ごはん<br>白身魚のから揚げ<br>煮びたし<br>豆腐のスープ    | 精白米<br>キングフィレ<br>小松菜<br>豆腐           | 濃口しょうゆ<br>人参<br>たまねぎ          | 片栗粉<br>三温糖<br>豆苗              | 油<br>濃口しょうゆ<br>けずり節            | 油<br>けずり節<br>薄口しょうゆ | 牛乳<br>レバーの甘辛煮<br>鶏レバー<br>甘夏                     | 三温糖 濃口しょうゆ            |
| 27土 | 牛乳<br>お菓子       | 煮こみうどん<br>煮つけ                        | うどん<br>けずり節<br>さつまいも                 | 鶏肉<br>薄口しょうゆ<br>三温糖           | 白菜<br>濃口しょうゆ<br>けずり節          | たまねぎ<br>人参                     |                     | 牛乳<br>南瓜の甘煮<br>南瓜                               | 白ざとう                  |
| 29月 | 牛乳<br>ハイハイン     | ごはん<br>鶏肉のオレンジ煮<br>おかか<br>野菜スープ      | 精白米<br>鶏肉<br>春キャベツ<br>太もやし           | 濃口しょうゆ<br>グリーンアスパラ<br>たまねぎ    | 三温糖<br>花かつお<br>人参             | オレンジジュース100%<br>濃口しょうゆ<br>けずり節 | 薄口しょうゆ              | 牛乳<br>マカロニあべかわ<br>サラダマカロニ<br>りんご                | きな粉 白ざとう              |
| 30火 | 牛乳<br>ベビーせんべい   | ごはん<br>魚のおろし煮<br>お浸し<br>みそ汁          | 精白米<br>からすかいかい<br>青梗菜<br>じゃがいも       | 三温糖<br>人参<br>たまねぎ             | 濃口しょうゆ<br>濃口しょうゆ<br>みそ        | 大根<br>けずり節                     |                     | 牛乳<br>南瓜のから揚げ<br>南瓜<br>油                        |                       |
| 31水 | 牛乳<br>ルヴァンクラシカル | ごはん<br>鶏肉と野菜の煮物<br>煮つけ<br>みそ汁        | 精白米<br>鶏肉<br>けずり節<br>じゃがいも<br>白菜     | 人参<br>三温糖<br>みそ               | たまねぎ<br>濃口しょうゆ<br>けずり節        | 三温糖                            | 濃口しょうゆ              | 牛乳<br>かぼちゃ餅<br>南瓜<br>油<br>オレンジ                  | 片栗粉 塩                 |

◇ 献立内容は予定ですので、変更になることがあります。  
◇ 初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。



【離乳食区分】  
前半 5月 1日（月）～20日（土）  
後半 5月 22日（月）～31日（水）

