



ランチメニュー



認定こども園大谷オアシス保育園



月/日 (曜日)	午前 おやつ	献立名	食品名	午後おやつ	食品名
5月2日 (月)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆キャベツとしめじのみそ汁 ☆カミナリ豆腐 ☆ほうれん草のツナ和え ☆フルーツ	米 押し麦 キャベツ しめじ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豆腐 豚ひき肉 つきこんにゃく 玉葱 人参 たけのこ水煮 干椎茸 生姜 ごま油 ほうれん草 ツナ 醤油 菜種油 三温糖 醤油 片栗粉 リンゴ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉・卵 乳
5月6日 (金)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆大根とふのりのみそ汁 ☆ツナじゃが ☆白菜のナムル ☆フルーツ	米 押し麦 大根 ふのり 鉄強化味噌 味噌 煮干し ツナ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 菜種油 三温糖 みりん 醤油 白菜 ごま油 醤油 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
5月7日 (土)	牛乳 リンゴ	☆かしわうどん ☆さつま芋の含め煮 ☆フルーツ	干うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 ほうれん草 醤油 かつお節 昆布 みりん 塩 干椎茸 さつま芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
5月9日 (月)	牛乳 バナナ	☆チキンカレー ☆大根とコーンのスープ ☆トマトと胡瓜のサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 鶏もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 菜種油 カレールー (小麦・乳を含む) くり組 カレーに豆乳を含む 大根 ホールコーン かつお節 醤油 塩 トマト 胡瓜 菜種油 酢 塩 三温糖 オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦粉
5月10日 (火)	牛乳 リンゴ	☆ご飯 ☆豆腐とえのきのみそ汁 ☆チキンカツ ☆キャベツと人参のサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 豆腐 えのき 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鶏もも肉 塩 小麦粉 パン粉 菜種油 キャベツ 人参 菜種油 酢 塩 三温糖 グレープフルーツ	牛乳 ミルククッキー	牛乳 小麦粉 フォロフォロミル バター
5月11日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆小松菜と玉葱の豆乳の味噌汁 ☆豚肉の生姜焼き ☆人参の炒め煮 ☆フルーツ	米 押し麦 小松菜 玉葱 鉄強化味噌 豆乳 味噌 煮干し 豚ロース 醤油 みりん 酒 生姜 人参 つきこんにゃく 生揚げ 菜種油 三温糖 みりん 醤油 グリンピース バナナ	ヨーグルト ビスケット	牛乳(3-グルト) 卵・乳 小麦粉
5月12日 (木)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆じゃが芋と人参のみそ汁 ☆鮭の照り焼き ☆切干大根の炒め煮 ☆フルーツ	米 押し麦 じゃが芋 人参 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鮭 醤油 みりん 酒 切干大根 人参 油揚げ グリンピース 菜種油 三温糖 醤油 パイナップル	牛乳 つぶつぶパン	牛乳 小麦粉・全粒粉 卵・豆乳 バター
5月13日 (金)	牛乳 オレンジ	☆五目うどん ☆さつま芋の含め煮 ☆フルーツ	茹うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 玉葱 干椎茸 醤油 みりん かつお節 ほうれん草 昆布 さつま芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 豆パン	牛乳 小麦粉・卵 乳・金時豆
5月14日 (土)	牛乳 リンゴ	☆和風スープバゲティ ☆じゃが芋の味噌煮 ☆フルーツ	スパゲティ ツナ缶 玉葱 人参 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのみり ニンニク かつお節 ほたて キャベツ じゃが芋 鉄強化味噌 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉・乳 卵
5月16日 (月)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆キャベツとしめじのみそ汁 ☆すき焼き風煮 ☆胡瓜の中華和え ☆フルーツ	米 押し麦 キャベツ しめじ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豚もも肉 焼き豆腐 白滝 白菜 玉葱 人参 菜種油 三温糖 みりん 醤油 胡瓜 ごま油 醤油 オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦粉
5月17日 (火)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆大根と厚揚げのみそ汁 ☆ハンバーグ ☆ごま人参 ☆フルーツ	米 押し麦 大根 厚揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豚ひき肉 玉葱 菜種油 塩 パン粉 ケチャップ 中濃ソース 人参 すり胡麻 三温糖 醤油 ごま油 グレープフルーツ	牛乳 チーズクッキー	牛乳 バター・小麦粉 粉チーズ クリームチーズ
5月18日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆じゃが芋と長葱のみそ汁 ☆炒め納豆 ☆切干大根のナムル ☆フルーツ	米 押し麦 じゃが芋 長葱 鉄強化味噌 味噌 煮干し 納豆 豚ひき肉 玉葱 人参 菜種油 醤油 卵 切干大根 もやし 小松菜 ごま油 醤油 バナナ	牛乳 メロンパン	牛乳 小麦粉 卵・乳

(作成者：管理栄養士 尾立 正代)



5月 ランチメニュー



5月19日 (木)	牛乳 オレンジ	☆ロールパン ☆人参ポタージュ ☆鶏肉のソース焼き ☆ブロッコリーのツナ和え ☆フルーツ	ロールパン (小麦・乳・卵を含む) 人参 玉葱 菜種油 牛乳 豆乳 塩 パセリ バター 鶏もも肉 中濃ソース ブロッコリー ツナ 醤油 オレンジ	牛乳 お好み焼き	牛乳 小麦粉・卵 えび・豚もも肉 キャベツ AC 除去食
5月20日 (金)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆豆腐とわかめのみそ汁 ☆ほっけの胡麻焼き ☆ダイスサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 豆腐 わかめ 鉄強化味噌 味噌 煮干し ほっけ 酒 醤油 みりん 米粉 片栗粉 すりごま 菜種油 じゃが芋 人参 胡瓜 ホールコーン 菜種油 酢 三温糖 塩 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵 乳
5月21日 (土)	牛乳 オレンジ	☆かしわうどん ☆さつま芋の含め煮 ☆フルーツ	干うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 ほうれん草 醤油 かつお節 昆布 みりん 塩 干椎茸 さつま芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵 乳
5月23日 (月)	牛乳 バナナ	☆ポークカレー ☆大根とコーンのスープ ☆トマトと胡瓜のサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 豚もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 菜種油 カレールー (小麦・乳を含む) くり組 カレーに豆乳を含む 大根 ホールコーン かつお節 醤油 塩 トマト 胡瓜 菜種油 酢 塩 三温糖 グレープフルーツ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
5月24日 (火)	牛乳 バナナ	☆味噌ラーメン ☆南瓜の含め煮 ☆フルーツ	茹ラーメン 豚もも肉 玉葱 もやし 人参 菜種油 ラーメンベース (小麦・卵を含む) 白菜 ホールコーン 豚骨 鶏骨 長葱 生姜 ニンニク 昆布 南瓜 三温糖 醤油 オレンジ	牛乳 人参ジャムサンド	牛乳 小麦粉 人参 リンゴ
5月25日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆小松菜と玉葱の豆乳の味噌汁 ☆豚肉の生姜焼き ☆人参の炒め煮 ☆フルーツ	米 押し麦 小松菜 玉葱 鉄強化味噌 豆乳 味噌 煮干し 豚ロース 醤油 みりん 酒 生姜 人参 つきこんにゃく 生揚げ 菜種油 三温糖 みりん 醤油 グリンピース バナナ	ヨーグルト ビスケット	牛乳(3-グルト) 卵・乳 小麦粉
5月26日 (木)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆豆腐とわかめのみそ汁 ☆松風焼き ☆小松菜のコーンと和え ☆フルーツ	米 押し麦 豆腐 わかめ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鶏ひき肉 玉葱 菜種油 味噌 みりん 酒 三温糖 バン粉 炒り胡麻 菜種油 小松菜 ホールコーン 醤油 パイナップル	牛乳 きな粉ケーキ	牛乳 小麦粉・全粒粉 米粉・豆乳 A'イナグバウッダ きな粉
5月27日 (金)	牛乳 キウイ	☆ピピンバ ☆大根としめじのみそ汁 ☆胡瓜の醤油和え ☆フルーツ	米 押し麦 豚ひき肉 焼き豆腐 長葱 生姜 ニンニク 菜種油 もやし ほうれん草 人参 炒り胡麻 醤油 三温糖 塩 ごま油 大根 しめじ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 胡瓜 醤油 バナナ	牛乳 レーズンパン	牛乳 小麦粉・卵 乳・レーズン
5月28日 (土)	牛乳 オレンジ	☆和風スープパグティ ☆じゃが芋の味噌煮 ☆フルーツ	スパゲティ ツナ缶 玉葱 人参 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのり ニンニク かつお節 ほたて キャベツ じゃが芋 鉄強化味噌 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉・卵 乳
5月30日 (月)	牛乳 バナナ	☆ドライカレー ☆コーンとわかめのスープ ☆ブロッコリーの生姜和え ☆フルーツ	米 押し麦 豚ひき肉 酒 玉葱 人参 大豆水煮 ピーマン セロリ レーズン 生姜 ニンニク 菜種油 小麦粉 カレー粉 中濃ソース ケチャップ 塩 カットトマト ホールコーン わかめ かつお節 醤油 塩 ブロッコリー 生姜 醤油 グレープフルーツ	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦粉
5月31日 (火)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆南瓜のみそ汁 ☆鮭ザンギ ☆ほうれん草のお浸し ☆フルーツ	米 押し麦 南瓜 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鮭 醤油 みりん 生姜 片栗粉 菜種油 ほうれん草 かつお節 醤油 オレンジ	牛乳 ミルクパン	牛乳・小麦粉 米粉・豆乳 A'イナグバウッダ F0-F7F'ミル BC除去食