



Menu 2023.5.16-31 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	火	 たけのこごはん ポテトサラダ ミニトマト	南瓜のコロッケ そらめめ ミニゼリー キャベツのみそ汁	 牛乳 白い風船	牛乳 クレープ
17	水	白身魚の照り焼き じゃがいもと人参のガレット パイ しめじのみそ汁	白身魚、三温糖、しょうゆ、みりん風調味料、料理酒、 じゃがいも、にんじん、とろけるチーズ、トマトケ チャップ、サラダ油、パインアップル、しめじ、たまね ぎ、わかめ、きゃべつ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 にんじん棒
18	木	そら豆と新たまねぎのかきあげ ほうれん草とベーコンの卵炒め チーズ 大根のみそ汁	そらめめ、むきえび、たまねぎ、にんじん、ささがきごぼう、 さつまいも、天ぷら粉、サラダ油、ほうれん草、きゃべつ、 ベーコン、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、卵、塩こしょう、 プロセスチーズ、たいこん、たまねぎ、油揚げ、わかめ、しめ じ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 カルシウムせんべい	牛乳 オレンジゼリー
19	金	 食 育 の 日 ※おかず入りのおべんとうをおねがいします		牛乳 黒糖パン	牛乳 野菜お好み焼き
20	土	ハヤシライス キャロットサラダ バナナ 枝豆 リンゴジュース	牛肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ほうれん草、 じゃがいも、しめじ、グリーンピース、ハヤシルウ、に んじん、きゅうり、ツナ缶、ごま、マヨネーズ、バナ ナ、えだめめ、りんごジュース	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 ツナサンド
22	月	ほうれん草の豆乳キッシュ もやしのごま和え ミニトマト 野菜スープ	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、シャ ウエッセン、卵、豆乳、バター、塩こしょう、トマトケ チャップ、もやし、にんじん、焼き竹輪、きゅうり、三温 糖、しょうゆ、ごま、ミニトマト、きゃべつ、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、パセリ、コンソメ	牛乳 オレンジ	スキムミルク ピーマンとチーズの スコーン
23	火	白身魚の竜田揚げ きゅうりと卵のツナマヨ和え リンゴ 小松菜の味噌汁	白身魚、しょうが、料理酒、うすくちしょうゆ、片栗粉、 サラダ油、きゅうり、にんじん、ゆで卵、ツナ缶、マヨ ネーズ、りんご、こまつな、たまねぎ、かぼちゃ、えの きたけ、わかめ、煮干し、麦みそ	牛乳 ビスコ	牛乳 じゃがいもピザ
24	水	豆腐ハンバーグ 菜種和え パイ 南瓜のみそ汁	木綿豆腐、芽ひじき、鶏ひき肉、パン粉、たまねぎ、に んじん、卵、サラダ油、きゅうり、にんじん、焼き竹輪、 わかめ、板付かまぼこ、酢、三温糖、パインアップル、 かぼちゃ、しいたけ、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干 し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 チーズサンドおさつ
25	木	鶏肉のトマト煮 そら豆の白和え バナナ 青菜スープ	鶏肉、にんじん、ピーマン、じゃがいも、たまねぎ、しめじ、た いず、ホールトマト缶、コンソメ、サラダ油、そらめめ、きゅう り、にんじん、しらたき、板付かまぼこ、ごま、木綿豆腐、米 みそ、三温糖、うすくちしょうゆ、バナナ、ほうれん草、 ロースハム、たまねぎ、えのきたけ、中華だし	牛乳 かつばえびせん	牛乳 南瓜のつぶつぶ クッキー
26	金	鮭のごまみそ焼き トマトのじゃこサラダ 枝豆 厚揚げのみそ汁	さけ、サラダ油、ごま(黒)、米みそ、三温糖、みりん風 調味料、トマト、にんじん、きゅうり、ちりめんじゃこ、 和風ドレッシング、えだめめ、厚揚げ、えのきたけ、た まねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、ほうれん草	牛乳 リンゴ	スキムミルク みかんヨーグルト
27	土	鶏肉の甘辛煮 キャベツのゆかり和え オレンジ さつま芋のみそ汁	鶏肉、片栗粉、料理酒、しょうゆ、三温糖、しょうが、 きゃべつ、もやし、にんじん、きゅうり、ゆかり、ネー ブル、さつまいも、たまねぎ、しいたけ、わかめ、麦み そ、煮干し、こまつな	牛乳 ミニボルガ	牛乳 ライスクッキー
29	月	栄養きんぴら にんじんの天ぷら ミニトマト わかめのみそ汁	牛肉、ごぼう、にんじん、ピーマン、たいず、しらたき、 焼き竹輪、三温糖、きくらげ、しょうゆ、ごま(白)、ごま 油、にんじん、天ぷら粉、サラダ油、ミニトマト、わか め、しいたけ、かぼちゃ、たまねぎ、麦みそ、煮干し、 こねぎ	牛乳 キウイ	スキムミルク きなこミルクプリン
30	火	鮭のムニエル ひじきのサラダ バナナ きのこのスープ	さけ、小麦粉、バター(無塩)、芽ひじき、しょうゆ、三 温糖、えだめめ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マ ヨネーズ、バナナ、しめじ、えのきたけ、しいたけ、た まねぎ、卵、こねぎ、コンソメ	牛乳 バターロール	牛乳 グリーンスナック おしゃぶりこんぶ
31	水	肉団子の甘酢あん きゅうりのごま和え パイ 小松菜のグリーンスープ	豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、絹ごし豆腐、卵、トマ トケチャップ、酢、三温糖、しょうゆ、片栗粉、きゅう り、もやし、にんじん、焼き竹輪、きゃべつ、ごま、パイ ンアップル、こまつな、たまねぎ、バター(無塩)、じゃ がいも、牛乳、豆乳、コンソメ	牛乳 オレンジ	牛乳 たまごサンド

