

令和5年度		5月	献立予定表		六甲ゆいかごこども園・クーラ		
日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	力や熱になる	血や肉になる	体の調子を整える
1	月	ご飯 味噌焼きチキン ピーマンの炒め かぶのゆかり和え 麩のすまし汁 パナナ	午前 おこし 午後 メロンパン風クッキー	●米 砂糖 麩 バター HM サラダ油 ●鶏肉 みそ わかめ しらす 卵 牛乳 ●生姜 かぶ ほうれん草 人参 ピーマン 大根 三つ葉 ゆず パナナ			
2	火	ちゃんぽんうどん 鰯の梅風味たばら 小松菜の胡麻和え オレンジ	午前 ポーロ 午後 こいのぼりサンド	●うどん 砂糖 薄力粉 こんにゃく 他3種 ●豚肉 いか えび 鰯 卵 牛乳 ●玉ねぎ 人参 筍 もやし 人参 チンゲン菜 生姜 梅干し 小松菜 オレンジ			
6	土	焼きビーフン トマトサラダ もやしスープ みかん缶	午前 ビスケット 午後 源氏パイ	●ビーフン ゴマ油 マヨネーズ 他3種 ●豚肉 えび わかめ 牛乳 ●もやし 人参 玉ねぎ トマト ピーマン ほうれん草 みかん缶			
8	月	牛丼 炒り豆腐 白菜の味噌汁 和風サラダ りんご	午前 あられ 午後 じゃが芋の磯辺焼き	●米 しらたき 白ゴマ バター 他6種 ●牛肉 豆腐 みそ チーズ 他3種 ●玉ねぎ 生姜 人参 しいたけ グリーンピース 胡瓜 もやし りんご 他2種			
9	火	ミルクロール 鰯のカレーバター焼き 人参のスープ カラフルサラダ マカロニソテー パイナップル	午前 おこし 午後 芋もち	●ロールパン 薄力粉 じゃが芋 他5種 ●鰯 卵 ハム 鰯 わかめ 牛乳 ●パセリ カリフラワー 人参 キャベツ 玉ねぎ コーン パイナップル 他1種			
10	水	ご飯 豚の塩麩焼き 白菜の胡麻和え オレンジ 粉ふきさつま芋 豆腐のすまし汁	午前 ポーロ 午後 黒糖ドーナツ	●米 白ゴマ さつま芋 片栗粉 他6種 ●豚肉 豆腐 わかめ 卵 牛乳 ●白菜 小松菜 人参 グリーンピース 生姜 三つ葉 オレンジ			
11	木	ツナ野菜パスタ ひき肉入り卵焼き コンソメスープ ブロッコリー梅おかか和え グレープフルーツ	午前 ビスケット 午後 鮭わかめおにぎり	●スパゲッティ もち米 さつま芋 他2種 ●ツナ缶 卵 鶏肉 かつお節 他3種 ●玉ねぎ ピーマン にんにく 人参 トマト ブロッコリー 胡瓜 パセリ 他5種			
12	金	ご飯 白身魚のきじ焼き 青菜サラダ パナナ 南瓜とベーコンの炒め煮 うすあげの味噌汁	午前 あられ 午後 苺のスコーン	●米 マヨネーズ 砂糖 薄力粉 他5種 ●メルルーサ みそ ベーコン 他4種 ●生姜 キャベツ ほうれん草 人参 南瓜 玉ねぎ グリーンピース ねぎ パナナ			
13	土	肉うどん 野菜の胡麻和え 白菜の煮物 パイン缶	午前 おこし 午後 ソフトサラダせんべい	●うどん サラダ油 砂糖 こんにゃく 白ゴマ ●牛肉 牛乳 ●玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ ほうれん草 白菜 パイナップル			
15	月	ご飯 豚肉焼きつくね キャベツおかか和え 厚揚げの煮物 わかめの味噌汁 オレンジ	午前 ポーロ 午後 りんごケーキ	●米 こんにゃく HM バター サラダ油 ●鶏肉 かつお節 厚揚げ 他4種 ●玉ねぎ ごぼう 生姜 大葉 キャベツ ほうれん草 人参 大根 もやし 他4種			
16	火	ハムチーズサンド 鰯フライ 三色和え セロリと玉葱のスープ パナナ	午前 ビスケット 午後 納豆巻き	●食パン マヨネーズ 薄力粉 パン粉 他5種 ●ハム チーズ あじ 卵 他3種 ●胡瓜 もやし 人参 水菜 玉ねぎ セロリ パセリ パナナ			
17	水	味噌ラーメン 胡瓜の中華和え 中華風卵焼き りんご	午前 あられ 午後 シーチキンご飯	●中華麺 砂糖 ごま油 白ゴマ 米 ●みそ 卵 ツナ 牛乳 ●もやし にら にんにく ねぎ 玉ねぎ 筍 きくらげ 胡瓜 りんご			
18	木	中華風炊き込みご飯 鶏肉のから揚げ 柑橘のサラダ 卵スープ ぶどうゼリー	午前 おこし 午後 パナナバウンドケーキ	●米 砂糖 ごま油 片栗粉 薄力粉 他2種 ●焼き豚 鶏肉 卵 牛乳 わかめ ●ごぼう しいたけ グリーンピース にんにく 生姜 レタス 人参 胡瓜 他5種			
19	金	BBQ 鮭おにぎり フルーツポンチ 人参ドレッシングサラダ	午前 ポーロ 午後 黒糖蒸しパン	●サラダ油 米 白ゴマ 砂糖 HM ●牛肉 ウィンナー 鮭 わかめ 牛乳 ●とうもろこし 人参 胡瓜 レタス みかん缶 りんご パナナ アップルジュース			
20	土	ブロッコリーとベーコンのパスタ 桃缶 レタスのサラダ オニオンスープ	午前 ビスケット 午後 ぼたぼた焼き	●スパゲッティ サラダ油 ●ベーコン 牛乳 ●玉ねぎ ブロッコリー レタス 胡瓜 ミニトマト 黄ピーマン 人参 他3種			
22	月	ご飯 チンジャオロース 春雨サラダ パナナ ツナじゃが 大根とわかめのすまし汁	午前 あられ 午後 フレンチトースト	●米 砂糖 片栗粉 じゃが芋 他5種 ●牛肉 ハム ツナ缶 わかめ 卵 牛乳 ●筍 ピーマン 人参 生姜 にんにく 胡瓜 さやえんどう 大根 玉ねぎ パナナ			
23	火	紅芋パンズ 鰯パン粉焼き ほうれん草のスープ 胡麻サラダ ブロッコリーの炒め物 りんご	午前 おこし 午後 高菜チャーハン	●ロールパン マヨネーズ パン粉 他7種 ●さわか ベーコン チーズ 牛乳 ●パセリ 胡瓜 ミニトマト 人参 レタス ブロッコリー ほうれん草 他6種			
24	水	ご飯 和風コロッケ ひじき煮 オレンジ キャベツサラダ きこの味噌汁	午前 ポーロ 午後 麩のラスク	●米 じゃが芋 薄力粉 パン粉 他6種 ●卵 ひじき 厚揚げ みそ 他2種 ●玉ねぎ ねぎ しいたけ キャベツ トマト とうもろこし れんこん 他5種			
25	木	鶏南蛮うどん じゃことしその卵焼き 白菜の和え物 グレープフルーツ	午前 ビスケット 午後 たくあんおにぎり	●うどん サラダ油 砂糖 白ゴマ 米 ●鶏肉 卵 しらす 牛乳 ●ねぎ 人参 玉ねぎ しいたけ 大葉 白菜 小松菜 グレープフルーツ			
26	金	ご飯 カレイの西京漬 南瓜の含め煮 パナナ ブロッコリーのおかか和え かぶのすまし汁	午前 あられ 午後 ウィンナーパイ	●米 パイ皮 ●カレイ かつお節 油揚げ ウィンナー 卵 牛乳 ●ブロッコリー 人参 黄ピーマン 南瓜 玉ねぎ かぶ パナナ			
27	土	焼きそば 胡瓜の和え物 大根と麩の味噌汁 みかん缶	午前 おこし 午後 源氏パイ	●中華麺 ごま油 砂糖 白ゴマ 米 ●豚肉 わかめ 油揚げ みそ 牛乳 ●キャベツ 玉ねぎ ピーマン 胡瓜 トマト 大根 ねぎ みかん缶			
29	月	ご飯 チキンのトマト煮 キャベツのソテー カリカリじゃこサラダ わかめスープ オレンジ	午前 ポーロ 午後 きな粉クッキー	●米 白ゴマ ごま油 砂糖 黒砂糖 他2種 ●鶏肉 わかめ しらす 卵 他2種 ●玉ねぎ グリーンピース トマト缶 大根 人参 水菜 もやし オレンジ 他2種			
30	火	マヨネーズパン スズキのカレー風味揚げ グリーンサラダ じゃが芋のスープ りんご	午前 ビスケット 午後 ゆかりおにぎり	●ロールパン マヨネーズ 薄力粉 米 他3種 ●ベーコン チーズ スズキ 牛乳 ●玉ねぎ とうもろこし レタス 胡瓜 セロリ ほうれん草 りんご 大葉 他2種			
31	水	ご飯 牛肉のきんぴら風 胡瓜の酢の物 パナナ じゃが芋の煮っころがし 小松菜の味噌汁	午前 あられ 午後 アップルポテト	●米 砂糖 サラダ油 春雨 他3種 ●牛肉 わかめ しらす みそ 卵 他2種 ●ごぼう 人参 生姜 さやえんどう 胡瓜 トマト 小松菜 パナナ 他2種			

※午前のおやつ(0, 1, 2歳のみ)変更する場合があります。

ゆいかご

お誕生日会です。

立案者：三國 華奈

令和 5年度		5月	離乳食 予定献立表		六甲ゆいかごこども園・クーラ
日	曜日	ごはん	おやつ		材料
1	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 大根 人参 玉ねぎ
2	火	煮込みうどん 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	うどん 白身魚 玉ねぎ 人参 南瓜
6	土	煮込みビーフン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	ビーフン 豚肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー
8	月	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 ささみ 白菜 人参 玉ねぎ
9	火	パン粥 スープ カレイと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン カレイ 人参 玉ねぎ キャベツ
10	水	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	米 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ
11	木	煮込みパスタ スープ 鶏団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	スパゲッティ 鶏ひき肉 ブロッコリー 人参 玉ねぎ
12	金	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 白身魚 キャベツ 南瓜 人参
13	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	うどん ささみ 人参 玉ねぎ 白菜
15	月	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 豚肉 人参 キャベツ 大根
16	火	パン粥 スープ カレイと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン カレイ 人参 玉ねぎ 南瓜
17	水	煮込みラーメン 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	中華麺 鶏肉 玉ねぎ ブロッコリー 南瓜
18	木	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 白身魚 人参 玉ねぎ ブロッコリー
19	金	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鮭 人参 ブロッコリー 白菜
20	土	煮込みパスタ 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	スパゲッティ 鶏肉 玉ねぎ ブロッコリー 人参
22	月	お粥 お汁 カレイと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 カレイ 大根 人参 南瓜
23	火	パン粥 スープ ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン ささみ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ
24	水	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	米 鮭 玉ねぎ キャベツ 人参
25	木	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 白菜
26	金	お粥 お汁 カレイと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 カレイ ブロッコリー 人参 南瓜
27	土	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 南瓜
29	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 大根 人参 ブロッコリー
30	火	パン粥 スープ 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン 白身魚 玉ねぎ 南瓜 ブロッコリー
31	水	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	ボーロ ビスケット	米 ささみ 人参 玉ねぎ ブロッコリー

※午前のおやつは変更する場合があります。

ゆりかご

お誕生日会です。

立案者：三國 華奈