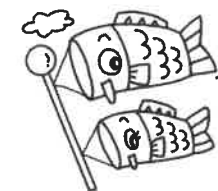


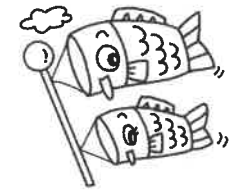




ひばりゆりかご保育園 5月の献立&行事予定



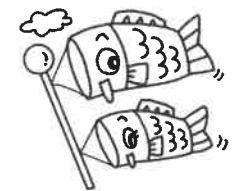
月	火	水	木	金	土
今月の平均栄養価 エネルギー・・・506kcal たんぱく質・・・18.9g 太字 は園行事です。	1 たけのご飯 マヨ焼きチキン グリーンサラダ みそ汁 クッキー&おせんべい・M	2 ご飯 鮭のみそ焼き ほうれん草の白和え すまし汁 ミニたい焼き・麦茶 こどもの日	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
	7 青菜ご飯 鶏のさっぱり煮 チーズサラダ みそ汁 ポテトフライ・M	8 ハッシュドビーフ 春雨サラダ フルーツ スープ ロールカステラ・M  避難訓練	9 ふりかけご飯 マグロカツ 納豆サラダ みそ汁 パイ&おせんべい・M	10 肉豆腐うどん フルーツ おにぎり・麦茶	11 ご飯 肉団子の甘酢あんかけ もやしのナムル みそ汁 ホットケーキ・M
14 茶飯 豚肉の野菜巻き わかめサラダ みそ汁 コーンフレーク・M	15 ちゃんぽんうどん フルーツ ラスク・M	16 わかめご飯 レバーの南蛮揚げ 切干煮 みそ汁 スイートポテト・M 健康診断9:30~	17 ご飯 ポークビーンズ ひじきのマリネ スープ フルーツゼリー・麦茶	18 ふりかけご飯 白身魚のみそ焼き 炒り鶏 すまし汁 パウムクーヘン&おせんべい・M	19 わかめうどん チーズ クロワッサン・M
21 ご飯 豚肉のしょうが焼き 大豆サラダ みそ汁 サブレ&おせんべい・M	22 肉みそスパゲティ ブロッコリーサラダ フルーツ スープ 揚げパン・M	23 ふりかけご飯 ちくわの磯辺揚げ 肉じゃが みそ汁 フルーツヨーグルト・麦茶	24 ふりかけご飯 松風焼き キャベツの昆布和え スープ ドーナツ&おせんべい・M	25 お楽しみメニュー  ケーキ・M お誕生日会 	26 野菜たっぷりうどん フルーツ チーズ蒸しパン・M
28 麻婆豆腐ライス コーンサラダ チーズ スープ フルーツ&おせんべい・M	29 ご飯 かじきの竜田揚げ ひじき納豆 みそ汁 ヨーグルトムース・麦茶	30 焼きうどん ツナサラダ フルーツ スープ ホットドック・M	31 カレーライス コールスローサラダ チーズ スープ スティックパイ・M	習慣に！早寝・早起き・朝ごはん 入園、進級から1カ月が経ち、保育園での生活にも少しずつ慣れてきたのではないのでしょうか。子ども達が、楽しく元気に過ごす為に、早寝・早起き・朝ごはんを習慣づけましょう。朝ごはんを食べるときのポイント... ①毎日決まった時間に食べる。 ②家族と一緒に食べる。 ③主食だけでなく、たんぱく質や野菜、果物なども。 	


ひばりゆりかご保育園 5月の離乳食(前期食)献立&行事予定



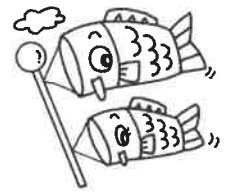
月	火	水	木	金	土	
 太字 は園行事です。	1 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 キャベツ 大根 玉ねぎ	2 つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ こどもの日 米 ジャがいも 白身魚 ほうれん草 にんじん 玉ねぎ	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	
	7 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 キャベツ 大根 ほうれん草	8 つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ 避難訓練 米 豆腐 にんじん 玉ねぎ キャベツ かぶ	9 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 キャベツ にんじん 小松菜	10 うどんクタクタ煮 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ うどん 豆腐 にんじん 玉ねぎ ほうれん草	11 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 にんじん 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ	12 お弁当  お弁当デー 
	14 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 にんじん キャベツ 大根 玉ねぎ	15 うどんクタクタ煮 大豆野菜煮 野菜スープ うどん 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ	16 つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 健康診断9:30~ 米 白身魚 大根 にんじん キャベツ	17 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜	18 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 にんじん 大根 ほうれん草	19 うどんクタクタ煮 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ うどん 豆腐 にんじん 玉ねぎ 大根
21 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 玉ねぎ キャベツ 大根 にんじん	22 つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ 米 豆腐 にんじん 玉ねぎ ブロccoli かぶ	23 つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 米 ジャがいも 白身魚 にんじん 玉ねぎ 大根 キャベツ	24 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 ジャがいも 豆腐 にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	25 お楽しみメニュー  お誕生日会 	26 うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ 大根 白菜	
28 つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ 米 豆腐 にんじん かぶ 小松菜	29 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 にんじん 大根 キャベツ	30 うどんクタクタ煮 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ うどん ジャがいも 白身魚 にんじん 玉ねぎ キャベツ	31 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 ジャがいも 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	習慣に! 早寝・早起き・朝ごはん 入園、進級から1カ月が経ち、保育園での生活にも少しずつ慣れてきたのではないのでしょうか。子ども達が、楽しく元気に過ごす為に、早寝・早起き・朝ごはんを習慣づけましょう。 朝ごはんを食べるときのポイント... ①毎日決まった時間に食べる。 ②家族と一緒に食べる。 ③主食だけでなく、たんぱく質や野菜、果物なども。 		

ひばりゆりかご保育園 5月の離乳食(中期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
 太字は園行事です。	1 茶飯粥 大豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	2 7倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ パン粥・麦茶 こどもの日	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
	7 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ じゃがいものマッシュ・麦茶	8 7倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ パン粥・麦茶 避難訓練 	9 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	10 煮込み肉豆腐うどん すりりんご 7倍粥・麦茶	11 7倍粥 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 野菜スープ さつまいものマッシュ・麦茶
14 7倍粥 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 野菜スープ かぼちやの茶巾・麦茶	15 煮込み五目うどん バナナ パン粥・麦茶	16 7倍粥 ささみの野菜あんかけ 野菜スープ さつまいものマッシュ・麦茶 健康診断9:30~	17 7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 野菜スープ すりりんご&ベビーせんべい・麦茶	18 7倍粥 白身魚と野菜のみそ煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	19 煮込み野菜うどん バナナ パン粥・麦茶
21 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	22 7倍粥 豚ひき肉の野菜あんかけ 野菜スープ パン粥・麦茶	23 7倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ フルーツヨーグルト・麦茶	24 7倍粥 豆腐と野菜のみそ煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	25 お楽しみメニュー  ケーキ・麦茶 お誕生日会 	26 煮込み野菜うどん バナナ パン粥・麦茶
28 7倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ すりりんご&ベビーせんべい・麦茶	29 7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ フルーツヨーグルト・麦茶	30 煮込み五目うどん すりりんご パン粥・麦茶	31 7倍粥 大豆と野菜のチーズ煮 野菜スープ さつまいものマッシュ・麦茶	習慣に! 早寝・早起き・朝ごはん 入園、進級から1カ月が経ち、保育園での生活にも少しずつ慣れてきたのではないのでしょうか。子ども達が、楽しく元気に過ごす為に、早寝・早起き・朝ごはんを習慣づけましょう。朝ごはんを食べるときのポイント... ①毎日決まった時間に食べる。 ②家族と一緒に食べる。 ③主食だけでなく、たんぱく質や野菜、果物なども。 	

ひばりゆりかご保育園 5月の離乳食(後期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
 太字は園行事です。	1 たけのご飯 照り焼きチキン 温野菜 みそ汁 ビスケット&パピーせんべい・麦茶	2 軟飯 鮭のみそ焼き ほうれん草の白和え すまし汁 ラスク・麦茶 こどもの日	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
	7 青菜ご飯 鶏のさっぱり煮 キャベツのチーズ煮 みそ汁 いももち・麦茶	8 ハヤシライス キャベツの酢の物 フルーツ スープ きなこペーストサンド・麦茶 避難訓練 	9 ふりかけご飯 かじきのムニエル 野菜の納豆和え みそ汁 ビスケット&パピーせんべい・麦茶	10 肉豆腐うどん フルーツ おにぎり・麦茶	11 軟飯 肉団子の甘酢あんかけ もやしのナムル みそ汁 ホットケーキ・麦茶
14 茶飯 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 わかめの酢の物 みそ汁 かぼちゃの茶巾・麦茶	15 ちゃんぽんうどん フルーツ ラスク・麦茶	16 わかめご飯 レバーの南蛮煮 切干煮 みそ汁 スイートポテト・麦茶 健康診断9:30~	17 軟飯 ポークビーンズ ひじきのマリネ スープ フルーツゼリー・麦茶	18 ふりかけご飯 白身魚のみそ焼き 炒り鶏 すまし汁 ビスケット&パピーせんべい・麦茶	19 わかめうどん チーズ きなこペーストサンド・麦茶
21 軟飯 豚肉のしょうが焼き キャベツと大豆の出汁煮 みそ汁 ビスケット&パピーせんべい・麦茶	22 肉みそあんかけご飯 ブロッコリーのやわらか煮 フルーツ スープ チーズサンド・麦茶	23 ふりかけご飯 白身魚の塩焼き 肉じゃが みそ汁 フルーツヨーグルト・麦茶	24 ふりかけご飯 松風焼き キャベツの昆布和え スープ ビスケット&パピーせんべい・麦茶	25 お楽しみメニュー  ケーキ・麦茶 お誕生日会 	26 野菜たっぷりうどん フルーツ ラスク・麦茶
28 麻婆豆腐ライス コーンとわかめのスープ煮 チーズ スープ フルーツ&パピーせんべい・麦茶	29 軟飯 かじきの照り焼き ひじき納豆 みそ汁 ヨーグルトゼリー・麦茶	30 五目うどん フルーツ チーズサンド・麦茶	31 軟飯 豚肉と野菜のチーズ焼き キャベツの卵とじ スープ さつまいもスティック・麦茶	習慣に! 早寝・早起き・朝ごはん 入園、進級から1カ月が経ち、保育園での生活にも少しずつ慣れてきたのではないのでしょうか。子ども達が、楽しく元気に過ごす為に、早寝・早起き・朝ごはんを習慣づけましょう。朝ごはんを食べるときのポイント... ①毎日決まった時間に食べる。 ②家族と一緒に食べる。 ③主食だけでなく、たんぱく質や野菜、果物なども。 	

おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。 ひばりゆりかご保育園