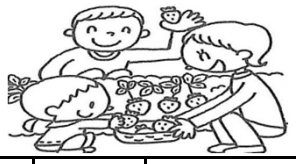

5月メニュー

2012年度　石川三育保園　献立表

		1歳児朝のおやつ	献　立	材　料	おやつ
1	火	ビスケット	焼きそば　野菜炒め リンケツ 味噌汁　フルーツ	そば　キャベツ　人参　玉葱　ピーマン　しいたけ しめじ　※タンパツキー　青ネギ　しょうが　枝豆	蒸しイモ・豆乳
2	水	せんべい	ジャムサンド　バナナ 豆乳ミロ　マカロニサラダ	胚芽パン　人参　玉葱　コーン　ブロッコリー　きゅうり　卵 ※リンケツ　マカロニ　バジル　ミロ　豆乳　バナナ	レーズン蒸しパン
3	木	クッキー	＊　＊　＊　＊　＊	憲法記念日	＊　＊　＊　＊　＊
4	金	ビスケット	＊　＊　＊　＊　＊	みどりの日	＊　＊　＊　＊　＊
7	月	クラッカー	根菜と厚揚げの煮物 フルーツ　みそ汁　サラダ	胚芽米　人参　タマネギ　大根　ゴボウ　厚揚げ ※タンパッキー　キュウリ　ゴマ　ワカメ　青ネギ　おし麦	パインゼリー
8	火	ウエハース	タコライス　フルーツ 野菜スープ　サラダ	胚芽米　人参　玉葱　ピーマン　※乾燥バーガー チーズ　キュウリ　レタス　バジル　トマト　りんご	じゃがいもチジミ・豆乳
9	水	せんべい	ジャムサンド　バナナ ミロ　ポテトサラダ	胚芽パン　じゃがいも　人参　玉葱　ピーマン　コーン マカロニ　キュウリ　ミロ　豆乳　バナナ	ワカメおにぎり
10	木	クッキー	沖縄そば　じゅーしー フルーツ　サラダ	沖縄そば　キャベツ　人参　玉葱　ピーマン　コーン 胚芽米　しいたけ　しめじ　青ネギ　しょうが　油揚げ	天ぷら
11	金	ビスケット	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	塩せんべい・豆乳
14	月	クラッカー	麩ちゃんぷるー　フルーツ リンケツケチャップ　みそ汁	胚芽米　麦　人参　玉葱　ピーマン　コーン　キャベツ もやし　※タンパッキー　リンケツ　わかめ　青ネギ　麩	マシュマロフレーク
15	火	ウエハース	オムライス　クリームスープ グリーンサラダ　フルーツ	胚芽米　玉葱　人参　ピーマン　マッシュルーム　卵 豆乳　ブロッコリー　わかめ　キュウリ　チーズ　コーン	黒糖ポーポー・豆乳
16	水	せんべい	野菜カレー　フルーツ レタスとトマトのサラダ	胚芽米　じゃがいも　人参　玉葱　ニンニク レタス　トマト　キュウリ　ワカメ　おしむぎ	お誕生会のケーキ
17	木	クッキー	豆腐ハンバーグ　フルーツ 野菜スープ　サラダ	EM米　※乾燥バーガー　人参　玉葱　豆腐　ニンニク 山芋　しいたけ　レタス　キュウリ　ワカメ　おしむぎ　玄米	ジャムパン
18	金	ビスケット	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	せんべい・豆乳
21	月	クラッカー	リンケツツ炒め　サラダ 味噌汁　フルーツ	胚芽米　人参　玉葱　ピーマン　※リンケツツ しめじ　エノキ　アスパラ　キャベツ　もちきび　発芽玄米	ゴマクッキー・豆乳
22	火	ウエハース	ポテトフライ　フルーツ 野菜スープ　ポパイソテー	EM米　人参　ジャガイモ　セロリ　バジル　豆乳 玉葱　ブロッコリー　コーン　ほうれん草　無塩バター	紅芋マーブルケーキ
23	水	せんべい	トースト　バナナ シチュー　サラダ	胚芽パン　じゃがいも　人参　玉葱　ピーマン　コーン マカロニ　キュウリ　ミロ　豆乳　バナナ	おにぎり
24	木	クッキー	グルテン黒酢炒め　味噌汁 サラダ　フルーツ	EM米　※グルテン　じゃがいも　人参　玉葱　白ネギ　黒酢 レタス　水菜　ブロッコリー　キュウリ　ワカメ　おしむぎ	ヒラヤーチー
25	金	ビスケット	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	胚芽ウエハース・豆乳
28	月	クラッカー	グラタン　トマトサラダ フルーツ　野菜スープ	胚芽米　おし麦　じゃがいも　人参　玉葱　ピーマン しめじ　コーン　※タンパッキー　豆乳　キュウリ　トマト	人参ケーキ・豆乳
29	火	ウエハース	アペックス酢豚風　中華スープ サラダ　フルーツ	EM米　人参　玉葱　ピーマン　パプリカ　※アペックス 押し麦　もちきび　発芽玄米　青ねぎ　わかめ	黒糖蒸しカステラ
30	水	せんべい	ジャムサンド　バナナ 豆乳ミロ　ポテトサラダ	胚芽パン　じゃがいも　人参　玉葱　ピーマン　コーン マカロニ　キュウリ　ミロ　豆乳　バナナ　※リンケツツ	アメリカンドック
31	木	クッキー	雑炊、フルーツ、サラダ	胚芽米　えのき　人参　玉葱　葉野菜　水菜 押し麦　もちきび　発芽玄米　青ねぎ　わかめ　卵	ドーナツ・豆乳

※材料や行事などの都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

※タンパッキー ・・・ 大豆を加工して作られたハムのようなもの。
※ソイーズ ・ ・ ・ 大豆を加工して作られたツナ缶のようなもの。
※グルテンミート ・・・ 強力粉を練ってグルテン質を取り出したミートのようなもの。
※リンケツ・・・・・・・・大豆を加工してつくられたウインナーのようなもの。
※乾燥バーガー・・・大豆とグルテンを加工し乾燥させたひき肉のようなもの。
※アペックス・・・大豆を加工して作られた唐揚げのようなもの。