



5がつ こんだてよていひょう

令和4年4月28日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

13日(金)は、完全給食の日。
 (3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)
***みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。**

日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
2	月	すなっくぱん 乳酸菌飲料	きゃべつとうふばーぐ ゆですなっが ちんげんさいとつなのそてー なつみ	たぬきこんがむすび	こむぎこ あぶら	もめんどうふ とりミンチ たまご つな	きゃべつ にんにく ちんげんさい こーん たまねぎ すなっがえんどう なつみ	魚介類・いも類
6	金	おかし ぶどうじゅーす	はっしゅどびーふ さいころサラダ りんご	きなこらすく	ばたー こむぎこ さとう じゃがいも まよねーず	ぎゅうにく はむ ちーず たまご	たまねぎ にんじん まっしゅるーむ にんにく きゅうり りんご	海藻類・ごま・ナッツ
7	土	おかし ぎゅうにゅう	つなたますばげってい びーばたーあえ ばなな	おかし	すばげってい あぶら さとう びーなっつばたー	つな かつおぶし	たまねぎ にんにく ねぎ きゃべつ にんじん ばなな	肉類・緑黄色やさしい
9	月	ぶちぜりー りんご	じゃこじゃが おれんじ やきあぶらあげときゅうりのすのもの	ふる一つよーぐると	じゃがいも いとこんにやく あぶら さとう	しらすぼし なまあげ わかめ かにかま あぶらあげ	にんじん ほしいたけ さやえんどう きゅうり おれんじ	たまご・葉もの
10	火	おかし ばななじゅーす	しろみさかなのごまあげ ゆですらまめ きゃべつちゅうかまよいため りんご	こいのぼりくつきー	こむぎこ かたくりこ あぶら 白ごま くるごま まよねーず	しろみさかな たまご ぶたにく	きゃべつ たまねぎ にんじん そらまめ りんご	大豆製品・やさしい
11	水	ぼいるういんなー	まーぼーはるさめ あすばらがすのしらあえ ばなな	こくとうばんなこつた	春雨 ごま油 砂糖 片栗粉 いとこんにやく しろすりごま	ぶたミンチ もめんどうふ みそ	たまねぎ にんじん ぴーまん ねぎ しょうが あすばらがす ほしいたけ ばなな	魚介類・いも類
12	木	ばうむくーへん ばなな	おにおんますたーどちきん おからサラダ やさいすーぶ なつみ	くらすく	かたくりこ あぶら まよねーず	とりにく おから つな	たまねぎ きゅうり こーん にんじん きゃべつ もやし いら しめじ なつみ	海藻類・葉もの
13	金	2色くらっかー のむよーぐると	ぐりんぴーすごはん ひじきとやさいのかきあげ たけのことこんさいのもの りんご	くりーむぱん	こめ さつまいも 小麦粉 こーんすたーち 油	やきちくわ めひじき たまご むきえび	ぐりんぴーす たまねぎ たけのこ ごぼう れんこん にんじん ほしいたけ りんご	大豆製品・かんきつ類
14	土	さんかんび						
16	月	やきいも・りんご	こうやどうふのやさしいあんかけ やさいののりずあえ おれんじ	かしわもちふう むしぱん	さとう かたくりこ しろごま	こうやどうふ がんもどき のり	ごぼう にんじん さやえんどう ちんげんさい もやし おれんじ	肉類・いも類
17	火	じゃむさんど はちみつりんご	さけのふうみやき やさいわん きりぼしのびーなっつあえ ばなな	かぼちゃくずもち	さとう ぴーなっつ	さけ こうやどうふ ぶたにく	ねぎ きりぼしだいこん こまつな ごぼう みずな たけのこ なましいたけ ばなな	乳製品・淡色やさしい
18	水	ばなな うえはーす	ぶたにくのふんわりからあげ りんご さつまいものごまあえ おかかあえ	ごますていっくぱい	さとう こむぎこ あぶら さつまいも まよねーず	ぶたにく たまご とりささみ かつおぶし	にんじん しょうが きゅうり とうみょう たまねぎ りんご	海藻類・かんきつ類
19	木	ふる一つきんとん	ひじきのおむれつ やさいそてー ゆですなっがえんどう おれんじ	ぴーまんのかりんとう	あぶら	めひじき ぎゅうミンチ 牛乳 たまご ちーず べーこん	にんじん たまねぎ あすばらがす きゃべつ こーん すなっがえんどう おれんじ	大豆製品・ごま類
20	金	おたのしみランチ						
21	土	おかし ぎゅうにゅう	しおやきそば つなごまきゅうり ばなな	おかし	やきそばめん ごまあぶら しろごま	ぶたにく つな	にんじん たまねぎ きゃべつ たけのこ にんにく れもんじる きゅうり ばなな	たまご・いも類
23	月	2色くらっかー 乳酸菌飲料	とうふのしおあんかけ はるやさしいサラダ りんご	くろごまちーず ぼんでけーじょ	ごまあぶら かたくりこ さとう	ぶたミンチ もめんどうふ	たまねぎ にんじん ぴーまん しめじ きゃべつ すなっがえんどう えりんぎ りんご	魚介類・葉もの
24	火	ぶちあんぱん みろ	あじふらいたるたるそーす おれんじ からふるそてー ゆですらまめ	ふかししんじゃが	こむぎこ ぱんこ あぶら まよねーず	あじ たまご	たまねぎ ばせり れもん もやし きゃべつ たけのこ きくらげ 赤ぴーまん そらまめ おれんじ	海藻類・ごま・ナッツ
25	水	おかし ばなならっしー	ながいものみーとろーふ すーぶ ちんげんさいのさっと煮 きうい	ほっとどつぐ	ながいも ぱんこ さとう	ぶたミンチ もめんどうふ たまご さつまあげ とりにく	たまねぎ 人参 ちんげんさい えのきたけ ねぎ あすばらがす なましいたけ さやえんどう きうい	乳製品・かんきつ類
26	木	ばうむくーへん おれんじ	かぼちゃのちんじやおろーす にんじんつなサラダ ばなな	とうにゅう ここあがりん	ごまあぶら さとう あぶら かたくりこ しろすりごま	ぶたにく つな	かぼちゃ あかぴーまん ぴーまん にんにく しょうが にんじん きゅうり らっきょう ばなな	たまご・葉もの
27	金	ぶちぜりー ばなな	だいずいりかれー りんご こーんふれーくのさくさくすきむサラダ	ぐりんぴーすの まどれーぬ	じゃがいも あぶら こーんふれーく まよねーず	だいず とりにく ちーず なまくりーむ すきむみるく	にんじん たまねぎ にんにく えだまめ きゃべつ こーん きゅうり りんご	魚介類・淡色やさしい
28	土	おかし ぎゅうにゅう	すきやきふううどん きゃべつじゃこあえ ばなな	おかし	ゆでうどん あぶら さとう	ぎゅうにく しらすぼし	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ きゃべつ もやし ばなな	大豆製品・ごま類
30	月	おかし みるくここあ	おやこ煮 おれんじ きゅうりとたまねぎのかわりあえ	もちもちおにぎり	あぶら さとう しろごま	とりにく たまご のり わかめ かにかま	たまねぎ ほしいたけ にんじん えのきたけ しそ かいわれだいこん きゅうり おれんじ	乳製品・いも類
31	火	りんご うえはーす	さかなのうめ煮 きんぴらごぼう あいしょうじる ばなな	みるきーかつぷ	さとう ごまあぶら あぶら さつまいも いとこんにやく	しろみさかな べーこん みそ	しょうが うめぼし ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ こねぎ ばなな	海藻類・かんきつ類