

2022年5月



献立表

※幼稚園部の給食は5月9日～始まります。

※丼・カレーの日は、スプーンを用意をお願いします。丼・カレーの日は、汁物はありませので、汁碗はいりません。(キンダーのみ)

日	曜	食献立名	幼稚園部 給食●	3時おやつ	材料(食卓と午後おやつ)			10時おやつ (ナースリー)
					血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの	
2	月	ごはん 鶏の照り焼き 切干大根と高野豆腐の煮物		こいのぼりパン おやついりこ	鶏もも肉、麦みそ、凍り豆腐、いりこ	米、強力粉、じゃがいも、砂糖、なたね油、片栗粉、マヨネーズ	たまねぎ、だいこん、にんじん、こまつな、ごぼう、きゅうり、切り干しだいこん、干ししいたけ	星せんべい
6	金	お弁当の日		幼児用菓子				米ソフトせんべい
7	土	ハヤシライス コールスローサラダ 果物		幼児用菓子	牛乳、豚肉(もも)、ツナ水煮缶	米、じゃがいも、さつまいも、油、マヨネーズ	たまねぎ、バナナ、にんじん、キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、グリーンピース、コーン	全粒粉ビスケット
9	月	ごはん 鶏のから揚げ じゃがいもきんぴら	●	米粉蒸しケーキ おやついりこ	鶏もも肉、豆乳、木綿豆腐、麦みそ、いりこ	米、じゃがいも、米粉、さつまいも、油、砂糖、片栗粉、なたね油	たまねぎ、にんじん、だいこん、キャベツ、こまつな、いちごジャム、しょうが	星せんべい
10	火	ごはん ツナふりかけ 魚のオープン焼き		ごまクッキー おやついりこ	魚、おから、牛乳、バター、チーズ、麦みそ、油揚げ、ツナ水煮缶、いりこ、かつお節	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、すりごま、なたね油	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、きゅうり、こまつな、生わかめ、ごぼう、スナックえんどう、ひじき	全粒粉ビスケット
11	水	ごはん ミートローフ キャベツのコーン煮	●	きなこおにぎり チーズ	豚ひき肉、木綿豆腐、麦みそ、きな粉	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、なたね油	たまねぎ、キャベツ、だいこん、こまつな、コーン、にんじん、しめじ、きゅうり、切り干しだいこん、ひじき	米ソフトせんべい
12	木	ひじきごはん 魚の焼きおろし煮 にんじんしりしり		おさつスコーン おやついりこ	魚、豆乳、脱脂粉乳、ツナ水煮缶、いりこ、油揚げ、凍り豆腐	米、さつまいも、小麦粉、強力粉、なたね油、砂糖、油	にんじん、だいこん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、ほうれんそう、ひじき、焼きのり	果物
13	金	親子遠足(お弁当の日)		幼児用菓子	🍞🍪🍩🍫🍬🍭🍮🍯🍰🍷🍸🍹🍺🍻🍽🍴🍵🍶🍷🍸🍹🍺🍻			ベジタブルスティック
14	土	あんかけ丼 キャベツの和え物 みそ汁		幼児用菓子	豚ひき肉、木綿豆腐、麦みそ、かつお節	米、じゃがいも、片栗粉、はるさめ、砂糖、なたね油	たまねぎ、バナナ、キャベツ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン	米ソフトせんべい
16	月	ごはん 鶏のケチャップ煮 キャベツソテー	●	焼きおにぎり チーズ	鶏もも肉、麦みそ、しらす干し、かつお節	米、さつまいも、片栗粉、砂糖、マヨネーズ、油、ごま油	たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、こまつな、きゅうり、ごぼう、ピーマン	星せんべい
17	火	ごはん 南蛮漬け ペイクドさつまいも		チーズ蒸しまんじゅう おやついりこ	魚、木綿豆腐、チーズ、麦みそ、油揚げ、脱脂粉乳、いりこ	米、さつまいも、小麦粉、砂糖、米粉、油、片栗粉、なたね油	たまねぎ、みかん濃果汁、キャベツ、にんじん、こまつな、ピーマン、粉かんでん、あおのり	全粒粉ビスケット
18	水	麻婆丼 三色和え	●	チヂミ おやついりこ	木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ水煮缶、淡色みそ、とろけるチーズ、いりこ	米、米粉、小麦粉、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	たまねぎ、バナナ、にんじん、きゅうり、もやし、こまつな、にら、コーン、干ししいたけ	米ソフトせんべい
19	木	ごはん ミートボール酢豚 きんぴらごぼう		野菜入りポッキー	豚ひき肉、木綿豆腐、バター、麦みそ、脱脂粉乳、ツナ水煮缶、粉チーズ	米、小麦粉、じゃがいも、マカロニ、砂糖、マヨネーズ、片栗粉、なたね油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、だいこん、ごぼう、きゅうり、しめじ、こまつな、ピーマン	果物
20	金	ハリハリごはん 亀田揚げ ひじきとじゃが芋の炒り煮	●	キャベツクラッカー	魚、木綿豆腐、麦みそ、粉チーズ、脱脂粉乳、油揚げ	米、じゃがいも、小麦粉、強力粉、なたね油、砂糖、油、マヨネーズ、片栗粉	キャベツ、たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、こまつな、切り干しだいこん、コーン、ひじき、しょうが	ベジタブルスティック
21	土	野菜そぼろ丼 スパゲッティサラダ 果物		幼児用菓子	豚ひき肉、挽きわり納豆、ツナ水煮缶	米、じゃがいも、さつまいも、スパゲティ、なたね油、マヨネーズ、砂糖	たまねぎ、みかん缶、にんじん、こまつな、キャベツ、きゅうり、コーン	全粒粉ビスケット
23	月	カレーライス 野菜の和え物	●	お麩ラスク おやついりこ	鶏もも肉、バター、いりこ	米、じゃがいも、焼ふ、砂糖、油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	星せんべい
24	火	ごはん チキンカツ 野菜の甘酢炒め		おにぎり(ほりはり) チーズ	鶏むね肉、木綿豆腐、麦みそ	米、じゃがいも、さつまいも、パン粉、なたね油、小麦粉、砂糖、ごま、油、片栗粉	たまねぎ、こまつな、だいこん、にんじん、もやし、コーン、しめじ、切り干しだいこん、ピーマン	全粒粉ビスケット
25	水	ひじきごはん 魚の磯辺焼き 炒り豆腐	●	ポテトクッキー おやついりこ	魚、木綿豆腐、油揚げ、脱脂粉乳、麦みそ、バター、いりこ	米、じゃがいも、小麦粉、米粉、砂糖、片栗粉、なたね油、油、ごま、ごま油	たまねぎ、だいこん、こまつな、にんじん、ほうれんそう、もやし、ごぼう、切り干しだいこん、ひじき、あおのり	米ソフトせんべい
26	木	お弁当の日		幼児用菓子				全粒粉ビスケット
27	金	ごはん コーン焼き 小松菜とキャベツの磯あえ	●	たきこみおにぎり チーズ	鶏ひき肉、木綿豆腐、ツナ水煮缶、油揚げ、麦みそ	米、じゃがいも、さつまいも、油、片栗粉、米粉	たまねぎ、こまつな、コーン、キャベツ、にんじん、えのきたけ、焼きのり、しょうが、あおのり	ベジタブルスティック
28	土	ピピンパ キャベツとはるさめ中華スープ		幼児用菓子	豚ひき肉、鶏ひき肉	米、はるさめ、砂糖、ごま、油、ごま油	バナナ、もやし、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しょうが	星せんべい
30	月	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 はるさめともやしのソテー	●	きつねおにぎり チーズ	鶏もも肉、油揚げ、麦みそ	米、じゃがいも、さつまいも、はるさめ、マヨネーズ、ごま、片栗粉、砂糖、なたね油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、マーマレード、もやし、こまつな、きゅうり、ピーマン、ひじき	星せんべい
31	火	ごはん ツナふりかけ 肉じゃが		にんじんもち おやついりこ	豚肉、豆乳、木綿豆腐、金時豆、麦みそ、ツナ水煮缶、いりこ、きな粉、かつお節	米、じゃがいも、米粉、砂糖、しらす、なたね油、油	にんじん、たまねぎ、こまつな、だいこん、キャベツ、生わかめ、コーン、ひじき	全粒粉ビスケット
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	463kcal 17.9g 11.9g 1.2g	※食材の仕入れなどにより、献立・材料が変更になる場合がありますので、ご了承ください。 ※活動の中で、公園などの園外で給食(お弁当)を食べる場合があります。 その時は、汁物の代わりにデザート(ゼリーや果物)がつきます。 ※ナースリーの給食は、家庭での食事の様子に合わせて献立内容が変更になります。 まだ食べたことのない食材を家庭で食べてアレルギー症状などの問題ない場合はお知らせください。				