



5月 給食献立表



2024年

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質
1 水	高野豆腐と野菜の煮物 野菜男爵コロッケ パイナップル 	粉 乳 こどもの日ゼリー	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ・脱脂粉乳	さといも・オリーブ油・車糖・コロッケ なたね油・こどもの日ゼリー	にんじん・さやいんげん・ごぼう・大根 生しいたけ・パインアップル缶詰	421kcal 18.5g
2 木	ポークカレー 野菜ソテー ヤクルト	粉 乳 棒チーズ 源氏パイ	豚ばら・ベーコン・脱脂粉乳 プロセスチーズ	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト 源氏パイ	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・福神漬 チンゲンサイ・ほうれんそう・ほんしめじ スイートコーン缶詰	491kcal 20.0g
7 火	豆腐の揚げボール じゃこいり温野菜 たまねぎとわかめのみそ汁 ピーチゼリー	粉 乳 ★ジャムサンド	鶏ひき肉・むきエビ・木綿豆腐・鶏卵 しらす干し・わかめ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・食パン いちごジャム・マーガリン	にんじん・にら・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰・たまねぎ すりおろしピーチゼリー	402kcal 20.0g
8 水	鶏肉のスタミナ焼き アスパラスパソテー 卵スープ バナナ	麦 茶 元気ヨーグルト 星たべよ煎餅	鶏もも・ベーコン・鶏卵	マカロニ・スパゲッティ・オリーブ油 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	にら・たまねぎ・青ピーマン・にんじん ほんしめじ・アスパラガス・バナナ	402kcal 17.1g
9 木	白身魚のねぎ味噌焼き リヨネーズポテト ワカメスープ みかん缶	粉 乳 ★黒胡麻マフィン	麦みそ・ベーコン・わかめ・脱脂粉乳 鶏卵・豆乳	白身魚・マヨネーズ・じゃがいも 有塩バター・車糖・ホットケーキミックス ごま	根深ねぎ・たまねぎ・こねぎ・にんじん みかん缶詰	405kcal 20.0g
10 金	野菜の田舎煮 メンチカツ パイナップル	粉 乳 ★じゃこピザ	鶏もも・厚揚げ・麦みそ・脱脂粉乳 エダムチーズ・しらす干し	さといも・オリーブ油・車糖・なたね油 ピザクラスト・マヨネーズ	れんこん・ごぼう・にんじん・さやいんげん 大根・パインアップル缶詰・キャベツ	487kcal 23.0g
11 土	かきたまうどん ほうれんそうのごま和え りんごゼリー	牛 乳 ワッフル 	鶏もも・蒸しかまぼこ・鶏卵・ま昆布 かつお節・普通牛乳	うどん・かたくり粉・車糖・ごま ワッフル	にんじん・こねぎ・ほうれんそう すりおろしりんごゼリー	411kcal 20.6g
13 月	鶏肉の味噌焼き 金平サラダ 麩のすまし汁 バナナ	粉 乳 プッチンプリン	鶏もも・麦みそ・煮干し・脱脂粉乳	マヨネーズ・車糖・ごま・マヨネーズ 焼きふ・カスタードデイング	ごぼう・にんじん・きゅうり・スイートコーン缶詰 えのきたけ・こねぎ・バナナ	461kcal 23.6g
14 火	豚肉と野菜の炒め物 きのこスープ みかん缶	粉 乳 ★アップルケーキ	豚もも・厚揚げ・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	車糖・オリーブ油・ホットケーキミックス 有塩バター	青ピーマン・なす・さやいんげん・にんじん キャベツ・たまねぎ・生しいたけ ほんしめじ・えのきたけ・こねぎ みかん缶詰・りんご	407kcal 22.1g
15 水	さつま汁 クリームコロッケ パイナップル	粉 乳 ★ホットドックパン	鶏もも・絹ごし豆腐・麦みそ 脱脂粉乳・ポロニアソーセージ	さといも・じゃがいも・コロッケ なたね油・オリーブ油・ロールパン	大根・にんじん・西洋かぼちゃ・ごぼう りょくとうもやし・こねぎ パインアップル缶詰・キャベツ	478kcal 22.0g
16 木	白身魚の竜田揚げ 角天とキャベツの炒め物 エノキと人参の清汁 ピーチゼリー	粉 乳 ★パンナコッタマフィン	さつま揚げ・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 ヨーグルト	白身魚・かたくり粉・なたね油・ごま油 ホットケーキミックス・有塩バター あんずジャム・車糖	キャベツ・青ピーマン・にんじん えのきたけ・こねぎ すりおろしピーチゼリー	413kcal 23.0g
17 金	クリームシチュー スパゲッティのドレッシング和え りんごゼリー	粉 乳 ★豆腐入りホットケーキ	鶏もも・ロースハム・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳・絹ごし豆腐・ホイップクリーム	じゃがいも・オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ・とうもろこし ホットケーキミックス・メープルシロップ 有塩バター	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・日本かぼちゃ グリーンピース・きゅうり・だいずもやし すりおろしりんごゼリー	462kcal 18.1g
18 土	けんちん汁 いわしあげ ピーチゼリー	牛 乳 ぼたぼた焼き	鶏もも・絹ごし豆腐・さつま揚げ 普通牛乳	さといも・じゃがいも・甘辛せんべい 普通牛乳	大根・にんじん・こねぎ・ごぼう・ほんしめじ りょくとうもやし・すりおろしピーチゼリー	414kcal 24.0g
20 月	のっぺい汁 春巻き バナナ	粉 乳 ★毎ジャムマフィン	鶏もも・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 ヨーグルト	さといも・かたくり粉・春巻・なたね油 ホットケーキミックス・有塩バター・車糖 いちごジャム	大根・にんじん・ごぼう・生しいたけ・こねぎ バナナ	452kcal 19.9g
21 火	鶏のマリネ焼き 温野菜 ベーコンスープ りんごゼリー	粉 乳 ★コーンマヨネーズパン	鶏もも・ベーコン・脱脂粉乳・ベーコン	車糖・オリーブ油・マーガリン・食パン マヨネーズ	たまねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・ブロッコリー すりおろしりんごゼリー・スイートコーン	410kcal 22.9g
22 水	ひじきハンバーグ スパサラダ 人参&椎茸スープ パイナップル 	粉 乳 りんご ムーンライトクッキー	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐 ほしひじき・鶏卵・ロースハム・煮干し 脱脂粉乳	パン粉・車糖・マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ・ムーンライトクッキー	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・キャベツ きゅうり・生しいたけ・こねぎ パインアップル缶詰・りんご	435kcal 20.5g
23 木	白身魚のマヨネーズ焼き ほうれん草としめじのソテー コーンスープ みかん缶	粉 乳 ★焼きカレーパン	ベーコン・脱脂粉乳・普通牛乳・鶏卵 豚ひき肉	白身魚・マヨネーズ・オリーブ油 ホットケーキミックス	たまねぎ・ほうれんそう・ほんしめじ スイートコーン缶詰・にんじん・みかん缶詰	405kcal 24.6g
24 金	こいのぼりランチ ウインナー 鶏肉の照り焼き 海老カツ マカロニサラダ エノキと人参の清汁 フルーツカクテル	麦 茶 ロールケーキ (プレーン) 	ウインナー・鶏もも・ロースハム 煮干し 	有塩バター・車糖・えびフライ なたね油・マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ・ゼリー・ゼリー ロールケーキ	グリーンピース・たまねぎ・にんじん・きゅうり スイートコーン缶詰・ブロッコリー・えのきたけ こねぎ・パインアップル	440kcal 17.7g
25 土	チャンポン麺 ギョウザ ピーチゼリー	牛 乳 カスタードワッフル	豚もも・むきエビ・普通牛乳	中華めん・白湯・オリーブ油・餃子 ワッフル	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・こねぎ たまねぎ・すりおろしピーチゼリー	471kcal 21.2g
27 月	ハヤシライス かまぼこ入り温野菜 ヤクルト	粉 乳 ★おからスコーン	豚もも・蒸しかまぼこ・脱脂粉乳・鶏卵 おから・普通牛乳	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト ホットケーキミックス・発酵バター	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ グリーンピース・キャベツ・きゅうり・スイートコーン	486kcal 19.4g
28 火	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ もやし味噌汁 りんごゼリー	粉 乳 ★ふわふわかぼちゃケーキ	豚ばら・鶏卵・ロースハム・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・豆乳	じゃがいも・マヨネーズ ホットケーキミックス・車糖・マーガリン	きゅうり・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・だいずもやし・こねぎ すりおろしりんごゼリー・西洋かぼちゃ	496kcal 20.7g
29 水	ミートローフ マカロニと青菜のソテー コンソメスープ みかん缶	粉 乳 UFOパン	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳 脱脂粉乳	パン粉・車糖・マカロニ・スパゲッティ じゃがいも・ロールパン	たまねぎ・にんじん・さやいんげん キャベツ・こまつな・スイートコーン・パセリ みかん缶詰	416kcal 24.4g
30 木	すり身揚げ トマトとわかめのサラダ えのきの清汁 パイナップル	粉 乳 ☆たこ焼き 	えそ・木綿豆腐・鶏卵・カットわかめ 煮干し・脱脂粉乳・あおのり かつお節	かたくり粉・こむぎ・車糖・なたね油 醸造酢・ごま油・焼きふ・マヨネーズ たこ焼き	たまねぎ・にんじん・青ピーマン スイートコーン・トマト・きゅうり・えのきたけ こねぎ・パインアップル缶詰	401kcal 21.0g
31 金	相性汁 サーモンフライ バナナ	粉 乳 ★ココアケーキ	鶏もも・ベーコン・煮干し・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	さつまいも・サーモンフライ ホットケーキミックス・有塩バター・車糖	大根・たまねぎ・にんじん・こねぎ・バナナ	469kcal 22.8g

(※このマークの日はご飯はいりません。)

★は手作りおやつです。



・24日(金)お誕生日会…お米を.05合持たせてください。

(ひまわり組は、お泊まり保育分と合わせてお米1合持たせてください。)

