

2023年05月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1	月	御飯 大根そぼろ煮 キャベツの昆布サラダ 豆腐みそ汁	ビスケット 牛乳	米、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、さつま揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、グリーンピース(揚げ豆)、淡色みそ	だいこん、キャベツ、にんじん、ねぎ、塩こんぶ、カットわかめ	牛乳	17	水	食パン トマトスープ 白身魚のフライ・タルタルソース レタス・きゅうり ジャーマンポテト	★おたのしみ 牛乳	食パン、じゃがいも、小麦粉、砂糖、バター、油	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳	たまねぎ、レタス、キャベツ、きゅうり、カットトマト缶詰、にんにく	ビスケット	
2	火	親子丼 かぶときゅうりのサラダ もやしのみそ汁 グレープフルーツ	クロワッサン 牛乳	米、クロワッサン、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、卵、なると、米みそ(淡色辛みそ)	グレープフルーツ、たまねぎ、もやし、かぶ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、しいたけ、カットわかめ	チーズ	18	木	ハヤシライス コールスローサラダ バナナ	バームクーヘン 牛乳	七分つき米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚肉(ばら)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、マッシュルーム、コーン(冷凍)	飲むヨーグルト	
3	水							19	金	御飯 さけの塩焼き 栄養きんぴら 小松菜のみそ汁	★バウンドケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、砂糖、無塩バター、ごま油	牛乳、さけ、卵、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、ごぼう、こまつな、えのきたけ、ねぎ	ゼリー	
4	木							20	土							
5	金							21	日							
6	土							22	月	御飯 ハンバーグ ひじきの煮物 キャベツのみそ汁	スティックパン ヤクルト	米、食パン、パン粉、砂糖、油	鶏肉、木綿豆腐、卵、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ひじき	牛乳	
7	日							23	火	三色丼 きゅうりの昆布あえ 五目みそ汁 グレープフルーツ	せんべい ジュース	七分つき米、さといも、押麦、油、砂糖	鶏ひき肉、木綿豆腐、錦糸卵、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご天然果汁、グレープフルーツ、きゅうり、ほうれんそう、だいこん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、塩こんぶ、焼きのり、しよ	FeCaウエハース	
8	月	御飯 肉じゃが パスタサラダ たまねぎのみそ汁	アメリカンドッグミニ 牛乳	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、マカロニ・スパゲティ、油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、ウインナーソーセージ、生揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、卵	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、キャベツ、カットわかめ	野菜ジュース	24	水	ミートソーススパゲティ ツナポテトサラダ 中華スープ バナナ	★鮭おにぎり 牛乳	マカロニ・スパゲティ、じゃがいも、米、マヨネーズ	牛乳、鶏ひき肉、さけ、ツナ油漬缶、粉チーズ	バナナ、カットトマト缶詰、たまねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、ごま、カットわかめ	ヨーグルト	
9	火	厚揚げの中華丼 キャベツの胡麻マヨネーズあえ すまし汁 オレンジ	せんべい ジュース	七分つき米、押麦、マヨネーズ、片栗粉、ごま油	生揚げ、豚肉(肩ロース)、ちくわ	りんご天然果汁、オレンジ、キャベツ、かぶ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ピーマン、ごま、カットわかめ、にんにく、	FeCaウエハース	25	木	チキンカレー ツナサラダ 福神漬 鉄チーズ	★お麩ラスク 牛乳	七分つき米、じゃがいも、マーガリン、マヨネーズ、焼ふ、押麦、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ツナ油漬缶、チーズ、かまぼこ	たまねぎ、にんじん、レタス、きゅうり、福神漬	クラッカー	
10	水	キャベツときのこの和風パスタ 粉ふき芋 豆腐スープ バナナ	★わかめおにぎり 牛乳	スパゲティ、じゃがいも、七分つき米、オリーブ油、無塩バター	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、しいたけ、ねぎ、こんぶ佃煮、焼きのり、カットわかめ、あおのり	ヨーグルト	26	金	御飯 さばの塩焼き 小松菜納豆あえ じゃがいものみそ汁	ビスケット 牛乳	米、じゃがいも	牛乳、さば、挽きわり納豆、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶	せんべい	
11	木	ポークカレー 春雨サラダ 福神漬 鉄チーズ	たまごパン ジョア	食パン、七分つき米、じゃがいも、押麦、はるさめ、油、砂糖、ごま油	ジョア、豚肉(肩ロース)、チーズ、ハム	たまねぎ、きゅうり、にんじん、福神漬、コーン缶	ゼリー	27	土							
12	金	御飯 かじきの煮つけ ほうれんそうの納豆和え 豚汁	★ジャムサンド 牛乳	米、食パン、砂糖	牛乳、かじき、挽きわり納豆、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	はくさい、ほうれんそう、にんじん、いちごジャム、ねぎ、しょうが	せんべい	28	日							
13	土							29	月	御飯 麻婆春雨 野菜のごま和え たまねぎのみそ汁	コーンフレーク 牛乳	米、コーンフレーク、はるさめ、油、片栗粉、砂糖	牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)	たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんじん、なす、チンゲンサイ、ピーマン、ごま、にんにく、しょうが、カットわかめ	野菜ジュース	
14	日							30	火	ブルコギ丼 ほうれん草のナムル 中華スープ メロン	ゼリー するめ(以)	米、ごま油、砂糖	豚肉(肩ロース)、するめ	メロン(緑肉)、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、だいこん、えのきたけ、赤ピーマン、にら、しめじ、コーン缶、ごま、	チーズ	
15	月	御飯 マーボー豆腐 マカロニサラダ チンゲンサイみそ汁	クッキー 牛乳	米、マヨネーズ、マカロニ・スパゲティ、ごま油、片栗粉、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)	たまねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、キャベツ、ねぎ、にんじん、しいたけ、にら、カットわかめ	クラッカー	31	水	ロールパン 春キャベツシチュー ウインナー バナナ	せんべい ジュース	ロールパン、じゃがいも	鶏もも肉、ウインナーソーセージ	りんご天然果汁、バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ	ビスケット	
16	火	豚丼 アスパラコーン なめこみそ汁 メロン	プリン おやつ小魚(以)	七分つき米、油、片栗粉	豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、おやつ小魚	メロン(緑肉)、たまねぎ、グリーンアスパラガス、ねぎ、にんじん、なめこ、こまつな、コーン缶、えのきたけ、にんにく、しょう	チーズ	1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー	508 kcal					
										たんぱく質	19.5 g					
										脂質	16.4 g					
										塩分	1.8 g					

○献立は仕入れの都合により変更することがあります。
 ○★印は手作りおやつです。
 ○土曜日のおやつは人数が確定してから決めます。