

2024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	水	御飯 さばのみそ煮 蒸し鶏のごまだれ キャベツのすまし汁	せんべい ジュース	米、ごまドレッシング、 砂糖	さば、鶏むね肉(皮 付)、米みそ(淡色辛 みそ)	りんご天然果汁、キャベ ツ、きゅうり、ねぎ、えのき たけ、大豆もやし、にんじ ん、しょうが	ビスケット	17	金	御飯 かじきの野菜のせ じゃが芋カレー炒め 豆腐みそ汁	バナナ ★ジャムサンド 牛乳	米、食パン、じゃがい も	牛乳、かじき、木綿豆 腐、米みそ(淡色辛 みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじ ん、なす、ピーマン、いち ごジャム、黄ピーマン、ね ぎ、カットわかめ	野菜ジュース
2	木	キーマカレーライス マカロニサラダ わかめスープ ゼリー	★チョコまん 牛乳	七分つき米、ホット ケーキ粉、マヨネー ズ、マカロニ・スパゲ ティ、油	牛乳、豚ひき肉、ハム	たまねぎ、にんじん、きゅ うり、キャベツ、コーン缶、 ピーマン、ねぎ、干しぶど う、カットわかめ、にんに く、しょうが	ゼリー	18	土	パン バナナ 牛乳					
3	金	憲法記念日						19	日						
4	土	みどりの日						20	月	すき焼き丼 キャベツごま和え チンゲンサイみそ汁 鉄チーズ	せんべい ジュース	米、砂糖	焼き豆腐、豚肉(肩 ロース)、米みそ(淡色 辛みそ)、米みそ(甘 みそ)	りんご天然果汁、たまね ぎ、キャベツ、チンゲンサ イ、ねぎ、ほうれんそう、 えのきたけ、すりごま、 カットわかめ	牛乳
5	日	こどもの日						21	火	御飯 チキン南蛮 にんじんのごまあえ キャベツみそ汁	オレンジ ★お麩ラスク 牛乳	米、マーガリン、砂 糖、焼ふ、小麦粉、マ ヨネーズ、片栗粉	牛乳、鶏もも肉、卵、 油揚げ、米みそ(淡色 辛みそ)	オレンジ、キャベツ、もや し、にんじん、たまねぎ、 ごま、カットわかめ	ヨーグルト
6	月	振替休日						22	水	たけのこ入り混ぜご飯 トマト煮込みハンバーグ 春雨サラダ ワントンスープ	★おたのしみ 牛乳	七分つき米、小麦粉、 砂糖、はるさめ、パ ター、ワントンの皮、 ごま油	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、鶏もも肉、ハム、 鶏ひき肉、脱脂粉乳	にんじん、きゅうり、たま ねぎ、ねぎ、カットマト缶 詰、たけのこ(ゆで)、しい たけ、コーン缶、干しい たけ	FeCaウエハース
7	火	麻婆春雨丼 ほうれん草のナムル なめこみそ汁	★パウンドケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 はるさめ、砂糖、無塩 バター、油、片栗粉、 ごま油	牛乳、豚ひき肉、木綿 豆腐、卵、米みそ(淡 色辛みそ)、米みそ (甘みそ)	ほうれんそう、にんじん、 なす、ねぎ、なめこ、ピー マン、コーン缶、ごま、に んにく、しょうが	FeCaウエハース	23	木	ロールパン クリームシチュー ラーメンサラダ グレープフルーツ	★枝豆とじゃこのいなり 牛乳	じゃがいも、ロールパ ン、米、中華めん 冷 凍、砂糖、油、ごま油	牛乳、鶏もも肉、油揚 げ、ハム、しらす干し	グレープフルーツ、たま ねぎ、にんじん、コーン (冷凍)、きゅうり、えだま め(冷凍)、うめ干し、ご ま、カットわかめ	クラッカー
8	水	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 小松菜とコーンのゴママヨ マカロニスープ	グレープフルーツ ドーナツ 牛乳	米、マヨネーズ、砂 糖、マカロニ・スパゲ ティ	牛乳、生揚げ、豚肉 (ばら)、ちくわ、ベーコ ン、米みそ(淡色辛 みそ)、淡色みそ	グレープフルーツ、キャ ベツ、こまつな、たまね ぎ、にんじん、コーン缶、 ピーマン、たけのこ(ゆ で)、すりごま、しょうが、	ヨーグルト	24	金	御飯 さけのみそマヨ焼き 切干大根の旨煮 鶏肉五目みそ汁	バナナ ★スノーボール 牛乳	米、さといも、片栗粉、 砂糖、無塩バター、小 麦粉、マヨネーズ	牛乳、さけ、米みそ (淡色辛みそ)、鶏もも 肉、油揚げ	バナナ、にんじん、だいご ん、たまねぎ、ねぎ、切り 干しだいごん	せんべい
9	木	御飯 さけの塩焼き キャベツの胡麻マヨネーズあえ 豚汁	バナナ ★メロンパン 牛乳	米、食パン、じゃがい も、小麦粉、砂糖、 マーガリン、マヨネー ズ、グラニュー糖	牛乳、さけ、豚肉(肩 ロース)、ちくわ、米み そ(淡色辛みそ)、卵	バナナ、キャベツ、にんじ ん、たまねぎ、ねぎ、ごぼ う、ごま	クラッカー	25	土	パン バナナ 牛乳					
10	金	ジャージャー麺 しゅうまい ミニおにぎり 豆腐スープ オレンジ	コーンフレーク 牛乳	中華めん 冷凍、コー ンフレーク、マヨネー ズ、砂糖、片栗粉、ご ま油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、ツナ油漬缶、 白みそ	オレンジ、きゅうり、もや し、レタス、ねぎ、だいご ん、にんじん、カットわか め、しょうが	せんべい	26	日						
11	土	パン バナナ 牛乳						27	月	御飯 マーボー豆腐 パスタサラダ たまねぎのみそ汁	★ホットケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 マヨネーズ、マカロニ・ スパゲティ、メープル シロップ、ごま油、片 栗粉、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、卵、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	飲むヨーグルト
12	日							28	火	厚揚げの中華丼 中華きゅうり ほうれん草みそ汁 メロン	★バナナ蒸しパン 牛乳	七分つき米、ホット ケーキ粉、砂糖、押 麦、ごま油、片栗粉	牛乳、生揚げ、豚肉 (肩ロース)、卵、米み そ(淡色辛みそ)、油 揚げ	メロン(緑肉)、たまねぎ、 きゅうり、にんじん、ほうれ んそう(冷凍)、バナナ、 えのきたけ、ピーマン、ご ま、にんにく、しょうが	チーズ
13	月	御飯 松風焼き ひじきの煮物 じゃがいものみそ汁	せんべい ジュース	米、じゃがいも、片栗 粉、砂糖	鶏ひき肉、木綿豆腐、 米みそ(淡色辛 みそ)、ゆで大豆、油揚 げ	りんご天然果汁、たまね ぎ、にんじん、ひじき、ご ま、あおのり	ゼリー	29	水	ボークカレー コールスローサラダ 福神漬 鉄チーズ	★冷やしラーメン 牛乳	生中華めん、七分つ き米、じゃがいも、押 麦、マヨネーズ、油、 砂糖	豚肉(肩ロース)、焼き 豚、ハム、豚レバー	たまねぎ、キャベツ、にん じん、もやし、福神漬、 コーン缶、コーン(冷 凍)、ねぎ、カットわかめ	ビスケット
14	火	御飯 肉じゃが ひじきとキャベツのサラダ えのきのみそ汁 ハヤシライス	★フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、マヨ ネーズ、油、砂糖	ヨーグルト(無糖)、豚 肉(肩ロース)、生揚 げ、ベーコン、米みそ (淡色辛みそ)	たまねぎ、もやし、キャベ ツ、にんじん、もも缶(白 桃)、みかん缶、バナナ、 パイン缶、コーン缶、えの きたけ、いちごジャム、ひ きたけ	チーズ	30	木	御飯 さばの塩焼き ささみの梅サラダ 五目みそ汁	★ポテトフライ 牛乳	じゃがいも、米、パン 粉、小麦粉、油、ごま 油	牛乳、さば、木綿豆 腐、鶏ささ身、米みそ (淡色辛みそ)	オレンジ、なす、きゅうり、 もやし、たまねぎ、にんじ ん、えのきたけ、うめ干し	ゼリー
15	水	パン バナナ 牛乳						31	金	サラダうどん ちくわ磯辺揚げ ミニ菜飯おにぎり バナナ	せんべい ジュース	ゆでうどん、七分つき 米、油、小麦粉	ちくわ、豚肉(肩ロ ース)、しらす干し	りんご天然果汁、パナ ナ、トマト、きゅうり、こまつ な、レタス、あおのり	野菜ジュース
16	木	ナポリタン ツナポテトサラダ 中華スープ グレープフルーツ	★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、油	牛乳、ウインナーソー セージ、さけ、ツナ油 漬缶、粉チーズ	グレープフルーツ、たま ねぎ、にんじん、チンゲン サイ、きゅうり、ピーマン、 えのきたけ、ごま、カット わかめ	飲むヨーグルト	1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー	542 kcal				
										たんぱく質	20.5 g				
										脂質	18.7 g				
										塩分	2.1 g				

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