

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満値	材 料 名 (○はおやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			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	調味料			
20月	御飯 厚揚げのみそ炒め キャベツのおかか和え たけのこのすまし汁 パイン缶	560.3(431.2) 25.9(20.4) 17.7(14.1) 1.7(1.4)	米、砂糖 ごま油、焼ふ ○じゃがいも○油 ○砂糖○片栗粉	厚揚げ、豚肉 米みそ、かつお節 ○牛乳	にんじん、パイン缶 たまねぎ、キャベツ コーン、あさつき たけのこ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 ○しょうゆ	牛乳 りんご	牛乳 いももち	
21火	キーマカレー ひじきサラダ きのこスープ 乳酸ドリンク	562.0(446.5) 16.6(13.2) 20.6(16.5) 1.5(1.2)	米、じゃがいも 小麦粉、砂糖 マヨネーズ、油 ○パイ皮	乳酸菌飲料 豚ひき肉、ヨーグルト ○牛乳 ○ウインナー	たまねぎ、にんじん きゅうり、ひじき トマトピューレ、しめじ ブロッコリー、にんにく えのきたけ、しょうが	カレールー、コンソメ かつお・昆布だし汁 しょうゆ、ケチャップ 中濃ソース、食塩 カレー粉 ○ケチャップ	牛乳 スナック	牛乳 ウイン ナーパイ	お誕生日会
22水	御飯 ホキのねぎ煮 わかめのごま酢あえ だいこんのみそ汁 洋なし缶	522.4(388.6) 23.2(17.0) 13.1(9.8) 1.8(1.4)	米、砂糖、ごま ○クラッカー ○マシュマロ	ホキ、ハム 油揚げ、米みそ ○牛乳	洋なし缶、にんじん コーン、だいこん しょうが、あさつき ねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁 酢、みりん、しょうゆ	牛乳 りんご	牛乳 マシュマロ クラッカー	
23木	食パン チキンチャップ スイートポテトサラダ 白菜スープ オレンジ	526.7(416.3) 23.5(18.6) 17.8(14.1) 1.5(1.2)	さつまいも、食パン マヨネーズ、油、砂糖 ○マカロニ○砂糖	鶏もも肉 ○牛乳○きな粉	はくさい、にんじん オレンジ、アスパラガス たまねぎ、しめじ マッシュルーム	ケチャップ、コンソメ ウスターソース、食塩 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 マカロニ きな粉	
24金	御飯 たらのパン粉焼き ゆかり和え オニオンスープ もも缶	547.8(420.0) 22.5(17.7) 20.9(16.7) 1.5(1.2)	米、油、パン粉	たら ○牛乳○ヨーグルト	もも缶、もやし たまねぎ、きゅうり パセリ粉、にんにく ○みかん缶 ○パイン缶	しょうゆ、しそふりかけ 中華だしの素、食塩	牛乳 スナック	牛乳 ヨーグルト 和え	クッキング (4・5歳児)
25土	すき煮丼 ほうれん草のみそ汁 りんご	520.1(406.9) 19.6(15.2) 12.6(9.5) 1.6(1.2)	米、油、砂糖 ○スナック	鶏もも肉、米みそ 木綿豆腐 ○牛乳	りんご、はくさい ほうれん草、ねぎ にんじん、えのきたけ	かつお・昆布だし汁 みりん、しょうゆ	牛乳 チーズ	牛乳 スナック	
27月	わかめ御飯 さばの塩焼き 高野豆腐の旨煮 のっぺい汁 パイン缶	582.8(457.5) 24.8(19.0) 17.7(13.5) 1.9(1.5)	米、板こんにやく 砂糖、さといも 片栗粉 ○さつまいも○砂糖 ○ホットケーキ粉	さば、高野豆腐 ○牛乳	にんじん、パイン缶 だいこん、ごぼう ねぎ、炊き込みわかめ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩、みりん ○食塩 ○ベーキングパウダー	牛乳 りんご	牛乳 鬼蒸しパン	
28火	春雨丼 卵焼き ワンタンスープ 洋なし缶	585.2(467.6) 21.5(17.2) 16.1(12.8) 1.7(1.4)	米、はるさめ、砂糖 片栗粉、ごま油 ワンタンの皮、油 ○食パン○砂糖 ○コーンスターチ	鶏ひき肉、卵 ○牛乳○加糖練乳	はくさい、洋なし缶 もやし、たまねぎ にんじん、コーン にら、ひじき、いんげん	中華だしの素 コンソメ、食塩 しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 ミルク サンド	
29水	御飯 豚肉のカレー風味焼き ほうれん草ソテー トマトのみそ汁 もも缶	533.6(407.9) 20.8(16.3) 15.1(11.8) 1.1(0.9)	米、油、 ○黒砂糖○砂糖 ○わらび餅粉	豚肉、米みそ しらす干し ○牛乳○きな粉	たまねぎ、もも缶 ほうれん草、トマト にんじん、にんにく	コンソメ、カレー粉 中華だしの素 食塩、こしょう ○食塩	牛乳 りんご	牛乳 黒糖 わらび餅	
30木	ロールパン シルバーのフライ キャベツサラダ 押し麦スープ オレンジ	525.0(345.8) 23.2(16.1) 22.6(15.9) 1.7(1.1)	ロールパン、パン粉 小麦粉、油、押麦 ○砂糖 ○ホットケーキ粉	シルバー ○牛乳○バター	にんじん、キャベツ オレンジ、きゅうり チンゲンサイ、コーン	ケチャップ、食塩 イタリアンドレッシング コンソメ ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 マーブル ケーキ	
31金	御飯 肉豆腐 ちくわ磯辺焼き もずくスープ パイン缶	496.8(379.9) 21.6(16.9) 17.5(13.9) 1.6(1.3)	米、しらたき 小麦粉、油、砂糖 ○焼ふ○グラニュー糖	豚肉、木綿豆腐 ちくわ ○牛乳○無塩バター	たまねぎ、パイン缶 にんじん、もずく あおのり、オクラ えのきたけ、ねぎ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、食塩	牛乳 スナック	牛乳 お麩 ラスク	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

●何かお気づきの点がございましたら、担任の方へお伝え下さい。

●5月17日(金)は4・5歳児クラスのカリキュラム、ワールドトリップにちなみハンガリー料理を入れています。

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せ、園で精米しています。基本的に水、金曜日は七分づきにしています。

5月のクッキング オレンジ・・・15日 グレープ・アップル・・・24日



