



平成29年 5月 学校給食予定献立表 (幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
1	月	パン ぎゅうにゅう ハムとポテトのマヨネーズやき もやしとこまつなのナムル はくさいスープ こどものひぜりー	パン ごまあぶら じゃがいも あぶら マヨネーズ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ポークハム チーズ	たまねぎ パセリ こまつな もやし はくさい にんじん えのきたけ ねぎ りんご	444 15.7
2	火	パン ぎゅうにゅう にくだんこのソースに (3こ) キャベツとツナのソテー ちゅうかさスープ	パン さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ツナ とりにく ぶたにく	キャベツ コーン チンゲンサイ もやし ほししいたけ にんじん たまねぎ ねぎ	448 20.7
8	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに ひじきのあぶらいため ゆばのすましじる	ごはん さとう あぶら ぶ	ぎゅうにゅう さば あかみそ ひじき ベーコン ゆば	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	454 21.4
9	火	やきそば ぎゅうにゅう ◆とりにくのさっぱり おんやさいサラダ (ドレッシング)	ちゅうかめん あぶら さとう じゃがいも ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし あおのり とりにく	キャベツ にんじん もやし ねぎ にんにく しょうが アスパラガス コーン	404 18.6
10	水	なめし ぎゅうにゅう しろみさかなのなんばんづけ ほうれんそうのおひたし とうふじる	ごはん でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ホキ ちくわ とうふ わかめ あぶらあげ みそ かつおぶし	たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう えのきたけ ねぎ あおな	412 19.8
11	木	ぶどうパン ぎゅうにゅう とりにくのレモンソース キャベツとハムのごまあえ はるさめスープ	パン でんぷん あぶら さとう ごま はるさめ	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム ぶたにく わかめ	ぶどう レモン ほししいたけ キャベツ チンゲンサイ ねぎ もやし たまねぎ にんじん	425 19.7
12	金	カレーライス ぎゅうにゅう むしシューマイ (2こ) ◆れんこんサラダ オレンジ	ごはん じゃがいも パンこ こむぎこ でんぷん マヨネーズ あぶら	ぎゅうにゅう ちくわ ぎゅうにく ぶたにく	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが れんこん きゅうり スナックエンドウ オレンジ	506 17.3
15	月	パン ぎゅうにゅう とりにくのパーベキューソース さんしょくごまあえ かぼちゃのポタージュ	パン さとう ごま じゃがいも パター	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ レモン りんご ほうれんそう キャベツ コーン にんじん かぼちゃ パセリ	400 18.3
16	火	パン ぎゅうにゅう ウインナーのケチャップソース キャベツのカレーソテー わかめスープ	パン あぶら ごま	ぎゅうにゅう とりにく ポークウインナー わかめ ぶたにく とうふ	キャベツ もやし あおピーマン ほししいたけ たまねぎ はくさい にんじん ねぎ	396 18.2
17	水	★日本のめくぐり こうち★ ごはん ぎゅうにゅう かつおのごまみそあえ ならたまじる ◆たけのことこんにやくのとさに	ごはん でんぷん あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう かつお あかみそ かつおぶし たまご とうふ	しょうが こんにやく たけのこと さやいんげん なら にんじん たまねぎ えのきたけ	434 23.6
18	木	パン ぎゅうにゅう キャベツととりにくのケチャップいため アスパラサラダ (ドレッシング) クリームシチュー	パン じゃがいも あぶら こむぎこ ドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ぶたにく チーズ	キャベツ たまねぎ にんじん あおピーマン アスパラガス コーン もやし マッシュルーム グリーンピース	473 18.5
19	金	ごはん ぎゅうにゅう はるまき チンゲンサイのちゅうかいのため ビーフンスープ	ごはん ごまあぶら あぶら でんぷん ビーフン こむぎこ こめこ はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし キャベツ たけのこと しいたけ えのきたけ チンゲンサイ はくさい ねぎ	501 16.1
22	月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ ◆きんぴらごぼう そうめんじる	ごはん そうめん でんぷん あぶら ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう さわら ぎゅうにく ちくわ くきわかめ あぶらあげ	しょうが にんじん ごぼう こんにやく たまねぎ ねぎ ほししいたけ	461 19.5
23	火	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ もやしのカレーいため コンソメスープ	パン さとう あぶら じゃがいも でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン	たまねぎ マッシュルーム もやし グリーンピース チンゲンサイ あおピーマン あかピーマン キャベツ にんじん コーン パセリ	442 19.2
24	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ チンゲンサイのごまあえ だいこんのみそじる	ごはん ごま でんぷん こめこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく みそ わかめ とうふ あぶらあげ	しょうが にんにく チンゲンサイ はくさい だいこん にんじん えのきたけ ねぎ	412 15.3
25	木	チーズパン ぎゅうにゅう ◆とりにくのマーマレードに ほうれんそうのツナごまあえ ミネストローネ	パン さとう ごま じゃがいも マカロニ マーマレード	ぎゅうにゅう チーズ とりにく ツナ だいす ベーコン	にんにく ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ セロリ トマト さやいんげん みかん	467 21.7
26	金	たけのことごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき はくさいとちくわのあえもの すまし汁 なつみかんゼリー	ごはん あぶら ぶ さとう	ぎゅうにゅう さけ ちくわ とうふ あぶらあげ とりにく かまぼこ わかめ かつおぶし	たけのこと にんじん はくさい ほうれんそう たまねぎ ねぎ えのきたけ なつみかん	431 23.1
29	月	スバゲティイタリアン ぎゅうにゅう オムレツあますあんかけ キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	スバゲティ あぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム たまご ヨーグルト	たまねぎ にんじん あおピーマン マッシュルーム ほうれんそう あかピーマン キャベツ コーン チンゲンサイ	428 18.9
30	火	パン ぎゅうにゅう ホキのピザソースやき ◆ごぼうのマヨネーズソテー チンゲンサイスープ いちごジャム	パン あぶら さとう マヨネーズ ごま ジャム	ぎゅうにゅう ホキ とりにく とうふ ポークハム チーズ	たまねぎ マッシュルーム トマト あおピーマン ごぼう にんじん キャベツ はくさい ほししいたけ チンゲンサイ しょうが	430 19.8
31	水	ピビンパ ぎゅうにゅう ワンタンスープ パイナップル	ごはん さとう ごまあぶら ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう たまご ぎゅうにく ぶたにく	にんにく ほうれんそう もやし はくさいキムチ たまねぎ にんじん チンゲンサイ ねぎ えのきたけ パイナップル	416 16.8