



# 平成31年3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) たんぱく質 (g)
1	金	★行事食【桃の節句】★ ちらしずし ぎゅうにゅう さわらのしおやき なのはなあえ すましじる さんしょくゼリー	ごはん さとう	ぎゅうにゅう あなご ちくわ あぶらあげ さわら ポークハム とうふ かまぼこ わかめ かつおぶし とうにゅう	なのはな こまつな もやし にんじん さやいんげん ねぎ ほししいたけ たまねぎ えのきたけ もも りんご	423 20.4
4	月	ごはん ぎゅうにゅう おろしハンバーグ ◆れんこんのきんぴら のっぺいじる	ごはん さとう ごま ごまあぶら あぶら さといも でんぷん	ぎゅうにゅう ちくわ とりにく ぶたにく	だいこん ねぎ たまねぎ れんこん にんじん こんにゃく あおピーマン ごぼう しめじ	440 17.9
5	火	パン ぎゅうにゅう あつあげのカレーそぼろに チンゲンサイのソテー マカロニスープ	パン あぶら こむぎこ マカロニ じゃがいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ポークハム とりにく	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース もやし チンゲンサイ キャベツ さやいんげん	443 19.4
6	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶりのてりやき ほうれんそうのおひたし とうふのみそしる ぶりかけ	ごはん でんぷん さとう さといも	ぎゅうにゅう ぶり かつおぶし とうふ あぶらあげ わかめ みそ のり	ほうれんそう もやし はくさい たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ	459 22.0
7	木	パン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ◆ごぼうとチキンのサラダ ミックスフルーツ	パン じゃがいも さとう あぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく とりにく ひじき	たまねぎ にんじん パセリ トマト ごぼう キャベツ コーン もも パイン みかん ナタデココ	475 16.0
8	金	ごはん ぎゅうにゅう だいずとごぼうのミンチカツ キャベツとやきぶたのいためもの はくさいのスープ	ごはん パンこ あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく やきぶた あつあげ ぶたにく	だいず たまねぎ キャベツ もやし にら にんにく しめじ ねぎ はくさい にんじん チンゲンサイ	458 18.0
11	月	パン ぎゅうにゅう とりにくのバーベキューいため おんやさいサラダ(ドレッシング) キャベツのスープに いちごジャム	パン あぶら さとう じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しろねぎ しょうが にんにく りんご ブロッコリー コーン あかピーマン キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん	442 20.4
12	火	スパゲティイタリアン ぎゅうにゅう にくだんごのソースに ◆ごぼうのマヨネーズソテー	スパゲティ あぶら さとう マヨネーズ ごま でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム	たまねぎ にんじん あおピーマン マッシュルーム しめじ グリンピース ごぼう キャベツ	436 18.8
13	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ はくさいのおひたし だいこんのみそしる	ごはん でんぷん こめこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	しょうが にんにく はくさい ほうれんそう にんじん だいこん たまねぎ えのきたけ ねぎ	415 18.8
14	木	パン ぎゅうにゅう ホキのレモンソース もやしのソテー ワンタンスープ チョコだいずクリーム	パン でんぷん あぶら さとう ごまあぶら ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう ホキ やきぶた ぶたにく だいず	レモン パセリ もやし キャベツ にら たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ねぎ	479 20.1
15	金	チキンカレー ぎゅうにゅう ウインナーのケチャップソース ばんさんすう ケーキ	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ポークウイナー チキンハム とうにゅう	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが もやし ぎゅうり	527 16.3

