



令和4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 ★:防災献立 ◆: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)
2	月	行事食【端午の節句】 ごはん ぎゅうにゅう すりみのまっちゃあげ ◆きりぼしだいこんとハムのいためもの わかたけじる こどものひゼリー	ごはん こむぎこ あぶら でんぱん さとう	ぎゅうにゅう ぎょにく チキンハム わかめ とうふ とりにく とうにゅう だいずこ	きりぼしだいこん にんじん こまつな にんにく たけのこ ねぎ りんご レモン	454 17.6
6	金	ごはん ぎゅうにゅう ★さばそぼろ ◆ごぼうのマヨあえ そうめんじる	ごはん さとう あぶら マヨネーズ ごま そうめん	ぎゅうにゅう さば チキンハム あぶらあげ	たまねぎ にんじん しょうが ごぼう キャベツ ねぎ ほししいたけ	443 14.6
9	月	ハヤシライス ぎゅうにゅう チキンナゲット(2こ) ◆いとかんてんサラダ	ごはん じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ さとう ごまあぶら でんぱん こめこ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく チキンハム いとかんてん	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト キャベツ もやし コーン	482 16.8
10	火	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグきのこソース はるキャベツとおかひじきのツナあえ コンソメスープ	ごはん あぶら でんぱん じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ツナ	たまねぎ にんにく しめじ えのきたけ キャベツ もやし おかひじき チンゲンサイ にんじん コーン パセリ	426 16.5
11	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのごまだれかけ ★わかたけに じゃがいものみそじる	ごはん ごま さとう でんぱん じゃがいも	ぎゅうにゅう さば わかめ あぶらあげ みそ	しょうが たけのこ もやし たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ	456 19.4
12	木	パン ぎゅうにゅう ほしのコロッケー ビーフンのはるやさいカレーソテー ほうれんそうのとうにゅうクリームスープ	パン じゃがいも さとう パンこ こむぎこ あぶら でんぱん ビーフン こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン ポークハム とうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス ほうれんそう マッシュルーム	448 15.4
13	金	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのバーベキューいため アスパラサラダ フェジョアード	ごはん あぶら マヨネーズ さとう オリーブあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ツナ あかいはげんまめ ぶたにく ウインナー	しろねぎ しょうが にんにく りんご アスパラガス コーン キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ	456 22.3
16	月	ごはん ぎゅうにゅう むしシューマイ(2こ) パンパンジーサラダ じゃがどりキムチ	ごはん パンこ さとう こむぎこ ごま ごまあぶら じゃがいも でんぱん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが きゅうり キャベツ にんにく にら こんにゃく はくさいキムチ にんじん	473 17.1
17	火	ごはん ぎゅうにゅう ホキのレモンソース ★◆きりぼしだいこんとツナのちゅうかあえ たんたんスープ	ごはん でんぱん あぶら さとう ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ホキ ツナ ぶたにく みそ しおこんぶ	レモン パセリ こまつな きりぼしだいこん たけのこ はくさい もやし にんじん にら	457 20.9
18	水	ごはん ぎゅうにゅう ◆こもちやししゃも マカロニサラダ じゃがいもとひきにくのもの	ごはん マカロニ マヨネーズ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう こもちししゃも とりにく チキンハム さつまあげ	キャベツ にんじん コーン しょうが たまねぎ さやいんげん	444 16.3
19	木	パン ぎゅうにゅう いちごジャム にくだんごのあまず ぶたにくとアスパラのオイスターいため やさいスープ	パン でんぱん さとう あぶら じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	アスパラガス しめじ にんじん キャベツ たまねぎ パセリ いちご レモン	472 19.7
20	金	キーマカレーライス ぎゅうにゅう コロコロフライドポテト ゆでやさいサラダ(ドレッシング)	ごはん あぶら こめこ さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり コーン レモン あおじそ	471 16.8
23	月	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに ◆くきわかめのきんぴら たまねぎのみそじる	ごはん さとう でんぱん ごま ごまあぶら あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく くきわかめ あぶらあげ わかめ みそ	さやいんげん ごぼう こんにゃく にんじん ねぎ たまねぎ なましいたけ	464 17.7
24	火	ごはん ぎゅうにゅう さけのてりやき ◆きりぼしだいこんとささみのいそマヨあえ がんもとじゃがいものうまに	ごはん さとう でんぱん ごま マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう さけ とりにく あおのり ぶたにく がんもどき	きりぼしだいこん もやし きゅうり にんじん しょうが たまねぎ ほししいたけ さやいんげん	491 21.2
25	水	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃひきにくサンドフライ いかときゅうりのすみそあえ けんちんじる	ごはん さとう パンこ こむぎこ でんぱん あぶら ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく いか しろみそ とうふ あぶらあげ とりにく	かぼちゃ たまねぎ きゅうり だいこん にんじん ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ	459 15.1
26	木	パン ぎゅうにゅう とりにくのとうにゅうホワイトソース スパゲティケチャップソテー たまごとコーンのスープ	パン オリーブあぶら こめこ あぶら スパゲティ でんぱん	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう みそ チキンハム たまご ベーコン	にんにく しめじ たまねぎ にんじん あおピーマン マッシュルーム トマト コーン チンゲンサイ	470 23.9
27	金	ぶたどりどんぶり(セルフ) ぎゅうにゅう こまつなのナムル はるさめスープ かわちばんかん	ごはん ごま さとう ごまあぶら はるさめ でんぱん	ぎゅうにゅう ぶたにく やきぶた とりにく	はくさいキムチ にんじん ごぼう ねぎ いとこんにゃく さやいんげん にんにく こまつな もやし キャベツ たまねぎ たけのこ ほししいたけ かわちばんかん	450 18.3
30	月	ごはん ぎゅうにゅう ハムとポテトのマヨチーズやき ◆カルサラダ チンゲンサイのスープ	ごはん じゃがいも さとう マヨネーズ ごま あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ツナ チーズ しらすばし ひじき とうふ	たまねぎ にんじん パセリ こまつな キャベツ はくさい ほししいたけ チンゲンサイ しょうが	451 15.8
31	火	ごはん ぎゅうにゅう ◆かつおのしんたまソース ほうれんそうのごまあえ ぶたじる	ごはん でんぱん あぶら さとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	しょうが たまねぎ にんにく ほうれんそう もやし にんじん えのきたけ ねぎ	459 24.5