



令和5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	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱく質 (g)
1	月	ごはん きゅうにゅう てりやきチキン スパゲティクチャップソテー キャベツのスープに 行事食【端午の節句】	ごはん さとう でんぱん スパゲティ あぶら じゃがいも	きゅうにゅう とりにく ポークハム ベーコン	たまねぎ にんじん あおピーマン キャベツ しめじ さやいんげん	457 19.1
2	火	ごはん きゅうにゅう おさかなすりみフライ ◆たけのこのガーリックマヨソテー コーンスープ こどものひざりー	ごはん こむぎこ あぶら でんぱん パンこ マヨネーズ オリーブあぶら じゃがいも さとう	きゅうにゅう きよにく ベーコン とりにく とうにゅう	たけのこ アスパラガス にんにく コーン たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ りんご	477 11.9
8	月	ごはん きゅうにゅう わふうあんかけハンバーグ ★◆きりぼしだいのこのサラダ ★こうやどうふのみそしる	ごはん さとう でんぱん ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう みそ とりにく ぶたにく ひじき ツナ こうやどうふ わかめ あぶらあげ	たまねぎ しめじ あおピーマン きりぼしだいのこ キャベツ コーン にんじん こまつな ほししいたけ ねぎ	467 17.8
9	火	ごはん きゅうにゅう さけのみそマヨやき ◆きんぴらごぼう そうめんじる	ごはん マヨネーズ さとう ごま ごまあぶら そうめん あぶら	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく あぶらあげ ちくわ みそ	ごぼう こんにゃく にんじん あおピーマン だいのこ ねぎ たまねぎ なましいたけ	451 20.7
10	水	ごはん きゅうにゅう ちくわのあまからあげ(2こ) もやしとニラのそぼろいため はるさめスープ	ごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう はるさめ	ぎゅうにゅう ちくわ とりにく ぶたにく とうふ	もやし たら たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ ほうれんそう ほししいたけ	457 18.2
11	木	パン きゅうにゅう レンズまめのチリコンカン コールスローサラダ レタススープ	パン あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく レンズまめ おから とりにく	たまねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり にんじん コーン レタス さやいんげん	451 17.9
12	金	ごはん きゅうにゅう こまつなとうにゅうコロツケ おかひじきのツナごまあえ とりだんごじる	ごはん あぶら こむぎこ パンこ でんぱん ごま さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう みそ とうにゅう ツナ とうふ とりにく あぶらあげ	こまつな おかひじき キャベツ にんじん たけのこ たまねぎ なましいたけ ねぎ	469 17.1
15	月	ごはん きゅうにゅう とりにくのしょうがやき ◆わかたけいため じゃがいものみそしる	ごはん ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ぶたにく あぶらあげ みそ	しょうが たけのこ コーン キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな ねぎ	444 19.5
16	火	ごはん きゅうにゅう ◆かつおとだいののみそがらめ おからサラダ すましじる	ごはん でんぱん あぶら さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう かつお だいの みそ おから チキンハム あぶらあげ とうふ かまぼこ わかめ	しょうが さやいんげん キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	452 20.5
17	水	ごはん きゅうにゅう マーボーあつあげ こまつなのちゅうかあえ ワントンスープ	ごはん でんぱん あぶら ごま さとう こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく みそ やきぶた	たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが にんにく こまつな キャベツ にんじん もやし えのきたけ ほうれんそう	447 17.5
18	木	パン きゅうにゅう いちごジャム アスパラベーコン とりにくとだいのけチャップに ★まぜまぜゼリー	パン ジャム あぶら でんぱん じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だいの	アスパラガス チンゲンサイ にんじん しょうが たまねぎ キャベツ みかん なし もも いちご	481 18.2
19	金	ごはん きゅうにゅう とうふナゲット(2こ) じゃがいものしろごまサラダ さわにわん	ごはん あぶら こむぎこ でんぱん じゃがいも ごま マヨネーズ さとう	ぎゅうにゅう きよにく とうふ とうにゅう チキンハム ぶたにく	えだまめ たまねぎ コーン きゅうり にんじん キャベツ ねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ	490 14.0
22	月	ごはん きゅうにゅう あげこめこぎょうぎ(2こ) ビーフンサラダ ちゅうかスープ	ごはん でんぱん こめこ さとう あぶら ビーフン マヨネーズ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム	キャベツ たら しょうが きゅうり にんじん えのきたけ たまねぎ たけのこ ほししいたけ ねぎ もやし	472 14.7
23	火	ごはん きゅうにゅう ◆ちくぜんに キャベツのうめマヨあえ たまねぎのみそしる ニューサマーオレンジ	ごはん さとう あぶら マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ ツナ みそ あぶらあげ わかめ	たけのこ こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん キャベツ アスパラガス うめ たまねぎ ねぎ しいたけ ニューサマーオレンジ	462 16.9
24	水	ごはん きゅうにゅう ◆ホキのくろずソース もやしのごまかつおあえ そぼろにくじゃが	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 ホキ かつおぶし とりにく さつまあげ	もやし ほうれんそう にんじん しょうが たまねぎ いとこんにゃく さやいんげん	461 20.8
25	木	パン きゅうにゅう ぶたにくのけチャップいため しゃきしゃきポテトサラダ やさいスープ	パン あぶら でんぱん じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム とりにく	たまねぎ トマト あおピーマン きゅうり キャベツ にんじん しめじ さやいんげん コーン	434 19.0
26	金	カレーライス ぎゅうにゅう やきウインナー ★かいそうサラダ	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ポークウインナー ツナ くきわかめ わかめ こんぶ	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが きゅうり	470 15.1
29	月	ごはん(すくなめ) きゅうにゅう おこのみやき わふうサラダ わかめスープ	ごはん あぶら こむぎこ マヨネーズ さとう じゃがいも ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご おから チキンハム かつおぶし あおりのり わかめ とりにく	キャベツ にんじん ねぎ レタス おかひじき あかたまねぎ たまねぎ レタス	461 17.6
30	火	ごはん きゅうにゅう とりにくのコーンフレイクやき キャベツとハムのソテー キャロットとうにゅうスープ	ごはん マヨネーズ じゃがいも コーンフレイク こめこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう ポークハム ベーコン	キャベツ もやし コーン にんじん たまねぎ パセリ	457 20.6
31	水	ごはん きゅうにゅう さばのヤンニョムかけ チャプチェ キムチスープ	ごはん でんぱん あぶら ごま はるさめ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう さば ぶたにく ぎゅうにく わかめ	しろねぎ にんにく しょうが こまつな もやし にんじん はくさいキムチ たまねぎ えのきたけ たら ゆず	474 18.4