

# 5月予定献立一覧表

## 致遠保育園

2021年

日	曜日	主食	献立名	使用する主な食材			摂取エネルギー (kcal)	おやつ			
								3歳未満児	3歳以上児		
1	土		きつねうどん・ふんわりしんじょ こどもの日ゼリー	冷麦 ねぎ ココナッツサブレ	小揚げ 玉子と豆腐のしんじょ エアリアル	なると レタス 乳酸菌飲料	こまつな こどもの日ゼリー 牛乳	455 (505)	ココナッツサブレ エアリアル 乳酸菌飲料	ココナッツサブレ エアリアル 乳酸菌飲料	
6	木	ごはん	豚汁・たまごロール りんごのコンポート (ごはん)	豚肉 はくさい ねぎ	焼き豆腐 にんじん たまごロール	じゃがいも ごぼう レタス	糸こんにゃく 干しいたけ フレッシュアップル	478 (586)	かっぱえびせん ミニバームロール 牛乳	かっぱえびせん ミニバームロール 牛乳	
7	金	ごはん	たらのパン粉焼き・ソーセージサラダ わかめスープ・オレンジ (ごはん)	骨取スケソウダラ 魚肉ソーセージ たご焼き	たまご にんじん あおのり	ブロッコリー わかめ かつお節	じゃべつ オレンジ ヤクルト	430 (591)	★たごやき 牛乳	★たごやき ヤクルト	
8	土	パン	クラムチャウダー・ツナサラダ 野菜と果物のゼリー・お茶 (パン)	豚ベーコン アスパラガス もやし	じゃがいも あさり きゅうり	たまねぎ 牛乳 野菜と果物のゼリー	にんじん シーチキン 番茶	447 (631)	アンパンマンのおやさいせんべい サッポロポテト・ベジタブル 乳酸菌飲料	アンパンマンのおやさいせんべい サッポロポテト・ベジタブル 乳酸菌飲料	
10	月	ごはん	さばのカレー風味揚げ・ブロッコリーサラダ みそ汁・バナナ (青菜ごはん)	骨無さば ロースハム ねぎ	たまご スイートコーン バナナ	トマト 焼ばらのり エントリー	ブロッコリー 絹ごし豆腐 ばかうけ	465 (617)	エントリー ばかうけ 牛乳	エントリー ばかうけ コーヒー牛乳	
11	火	ごはん	豚肉の生姜焼き・ポテトサラダ みそ汁・ミニゼリー (ごはん)	豚肉 魚肉ソーセージ ミニゼリー	たまねぎ ミックスベジタブル ミニメロンパン	ピーマン もやし のむヨーグルト	じゃがいも 板ふ 牛乳	505 (695)	ミニメロンパン 牛乳	ミニメロンパン 飲むヨーグルト	
12	水	ごはん	麻婆豆腐・リャンサンズー 中華風スープ・パイ (ごはん)	絹ごし豆腐 ねぎ クレプエッグ	豚ひき肉 はるさめ 白いりごま	たまねぎ かにかまぼこ チンゲン菜	にんじん きゅうり なると	337 (445)	雪の宿 牛乳	雪の宿 牛乳	
13	木		鶏ごぼうごはん・えびの天ぷら 清し汁・プリン	鶏ごぼうごはん にんじん えのきたけ	えび天ぷら 白すりごま 糸みつば	さくらしゅうまい トマト プリン	ほうれん草 卵豆腐 ケーキ	659 (709)	ケーキ ぶどうジュース	ケーキ ぶどうジュース	
14	金	ごはん	さんまのレモン煮・シャキシャキ炒め みそ汁・黄桃缶 (ごはん)	さんまレモン煮 赤ピーマン じゃがいも	にんじん しめじ 油揚げ	もやし あさり 調整豆乳	ピーマン こまつな 黄桃缶	423 (579)	マンナビスケット チーズビット 牛乳	ブランチュール チーズビット ヤクルト	
15	土		焼きうどん・たまごスープ ブルーヨーグルト	茹うどん にんじん たまご	豚肉 ピーマン わかめ	じゃべつ かつお節 ねぎ	たまねぎ あおのり ブルーヨーグルト	384 (472)	カルシウムせんべい キャラメルコーン 乳酸菌飲料	カルシウムせんべい キャラメルコーン 乳酸菌飲料	
17	月	ごはん	つくねのチーズ焼き・菜種サラダ みそ汁・みかん缶 (ゆかりごはん)	炭火焼つくね ブロッコリー 葉だいこん	スライスチーズ ロースハム みかん缶	レタス 棒ふ いかちび	たまご はくさい ムーンライト	424 (575)	いかちび ムーンライト 牛乳	いかちび ムーンライト コーヒー牛乳	
18	火	ごはん	ビーフカレー・カラフルサラダ ピーチゼリー・お茶 (ごはん)	牛肉 グリーンピース だいこん	じゃがいも 牛乳 かにかまぼこ	たまねぎ カレールウ アスパラガス	にんじん 福神漬 黄ピーマン	447 (637)	ウエハース ミニゼリー 牛乳	ウエハース ミニゼリー 飲むヨーグルト	
19	水	ごはん	豚肉と春雨の中華ソテー・豆腐の磯辺揚げ みそ汁・バナナ (ごはん)	はるさめ 黒きくらげ みずな	豚ひき肉 豆腐の磯辺揚げ バナナ	チンゲン菜 レタス ミニカニパン	にんじん もやし 牛乳	486 (594)	ミニカニパン 牛乳	ミニカニパン 牛乳	
20	木	ごはん	鶏肉のさっぱり煮・マーブルサラダ オクラ納豆・みそ汁・洋梨缶 (ごはん)	鶏肉 かぼちゃ 納豆	だいこん さつまいも オクラ	にんじん 魚肉ソーセージ わかめ	絹さや むき枝豆 えのきたけ	568 (676)	いちごクレープ 牛乳	いちごクレープ 牛乳	
21	金		しょうゆラーメン・焼きぎょうざ ヨーグルト	中華めん 豚バラチャーシュー プチトマト	たまご なると ヨーグルト	チンゲン菜 ねぎ アルフォート	にんじん ぎょうざ チョイス	541 (608)	チョイス 牛乳	アルフォート ヤクルト	
22	土		遠足								
24	月	ごはん	鮭のチャンチャン焼き・ごぼうサラダ みそ汁・パイ缶 (ごはん)	骨なし秋鮭 トマト さつまいも	じゃべつ ごぼうサラダ 葉だいこん	にんじん むき枝豆 パイ缶	絹さや ロースハム ミニシルバーヌ	452 (589)	ミニマドレーヌ 牛乳	ミニシルバーヌ コーヒー牛乳	
25	火	ごはん	オムレツデミグラスソースかけ・切干大根の炒め煮 みそ汁・ミニゼリー (ごはん)	プレーンオムレツ デミグラスソースフレーク しらたき	たまねぎ パセリパウダー にんじん	しめじ レタス さつまいも	マッシュルーム 切干大根 いんげん	354 (544)	特濃ミルククッキー とんがりコーン 牛乳	特濃ミルククッキー とんがりコーン 飲むヨーグルト	
26	水	ごはん	ほっけの塩麹焼き・ジャーマンポテト のり佃煮・みそ汁・フルーツポンチ (ごはん)	骨取りほっけ 豚ベーコン ほうれん草	トマト パセリパウダー フルーツカクテル缶	フレンチポテト のり佃煮 クリームブッセ	たまねぎ 生揚げ 牛乳	439 (547)	クリームブッセ 牛乳	クリームブッセ 牛乳	
27	木	ごはん	肉じゃがコロック・ドレッシング和え かき玉スープ・オレンジ (わかめごはん)	肉じゃがコロック きゅうり オレンジ	トマト たまご 星たべよ	じゃべつ たまねぎ アンパンマンビスケット	かにかまぼこ 万能ねぎ 牛乳	390 (499)	星たべよ アンパンマンビスケット 牛乳	星たべよ アンパンマンビスケット 牛乳	
28	金	ごはん	ハンバーグ・シーザーサラダ コンソメスープ・ぶどうゼリー (ごはん)	ハンバーグ 豚ベーコン ポークウインナー	じゃがいも スイートコーン ぶどうゼリー	パセリパウダー はくさい バナナのオムレツ	ブロッコリー にんじん ヤクルト	415 (607)	バナナのオムレツ 牛乳	バナナのオムレツ ヤクルト	
29	土		ミートソーススパゲッティ・豆腐スープ ミルクプリン	スパゲティ みずな 牛乳	ミートソース ミルクプリン	粉チーズ パニラロアンヌ	絹ごし豆腐 乳酸菌飲料	468 (518)	パニラロアンヌ 乳酸菌飲料	パニラロアンヌ 乳酸菌飲料	
31	月	ごはん	鶏肉のトマトソース煮込み・だいこんサラダ みそ汁・バナナ (ごはん)	鶏肉 レタス じゃがいも	たまねぎ だいこん 干しいたけ	グリーンピース ロースハム みずな	トマト水煮缶 きゅうり バナナ	443 (593)	塩A字ビスケット ぱりんこ 牛乳	塩A字ビスケット ぱりんこ コーヒー牛乳	

給食の研修などにより、献立が変更になることもあります。

作成 (株) 栄 研 / 栄養管理課

13日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。

★マークがついているおやつは手作りです。

3歳未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。

( ) は3歳未満児の主食及びエネルギー表示となっております。

