

2024年5月献立表

曜日	献立名	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱量
1 水	牛丼 番茶 味噌汁	牛乳 コーンフレーク	米(強化米) / 糸こんにゃく / 焼きふ(観世ふ) / 砂糖 / コーンフレーク	牛肉 / 油揚げ / わかめ / みそ / かつお節 / 牛乳	にんじん / ねぎ / もやし / 玉葱	575
2 木	ご飯 豚肉の生姜焼き 温野菜 味噌汁	ヨーグルト	米(強化米) / 強化米 / 油 / マヨネーズ	豚肩ロース(脂身付) / 木綿豆腐 / わかめ / みそ / 脱脂加糖ヨーグルト	しょうが / キャベツ / にんじん / 玉葱 / ねぎ / いちごジャム(低糖度)	564
7 火	ご飯 番茶 春のクリーム煮 ブロッコリーサラダ	牛乳 ジャムバターサンド	米(強化米) / 強化米 / じゃがいも / 米粉 / バター / 三温糖 / 油 / 食パン / マーガリン	鶏肉 / 牛乳 / かに風味かまぼこ	玉葱 / にんじん / コーン缶 / 固形コンソメ / ブロッコリー / きゅうり / いちごジャム 15g	603
8 水	ご飯 番茶 鮭のホイル焼き 味噌汁	お茶 ライスグラタン	米(強化米) / 強化米 / バター / 油	鮭 / 卵 / 絹ごし豆腐 / かつお節 / みそ / ベーコン / 牛乳 / パルメザンチーズ	しめじ / 玉葱 / にんじん / えのきたけ / ねぎ / とうもろこし缶詰(ｸﾘｰﾑ)	565
9 木	ご飯 番茶 ハンバーグ 温野菜 味噌汁	牛乳 あべかわマカロニ	米(強化米) / 強化米 / パン粉(乾燥) / 油 / マヨネーズ / マカロニ・スパゲッティ / 三温糖	牛ひき肉 / 豚ひき肉 / 卵 / 牛乳 / 木綿豆腐 / わかめ / みそ / きな粉	玉葱 / 青ピーマン / トマト / ケチャップ / ウスターソース / ブロッコリー / ねぎ	631
10 金	ご飯 番茶 焼肉風 味噌汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / 強化米 / 油 / クリームパン	牛肉 / 木綿豆腐 / わかめ / みそ / 牛乳	キャベツ / 玉葱 / にんじん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / もやし / 青ピーマン / ねぎ	625
13 月	ご飯 番茶 納豆とコーンの天ぷら 春キャベツ和え 味噌汁	牛乳 果物(バナナ)	米(強化米) / 強化米 / コーン / スターチ / 小麦粉 / 油 / ごま油	納豆 / ちくわ / 卵 / 塩昆布 / プロセスチーズ / 木綿豆腐 / みそ / かつお節 / 牛乳	コーン缶 / バセリ / キャベツ / にんじん / 玉葱 / えのきたけ / ねぎ / バナナ	602
14 火	ご飯 番茶 ひじきの炒め煮 豚汁	牛乳 抹茶ケーキ	米(強化米) / 油 / 砂糖 / さつまいも / 糸こんにゃく / 小麦粉 / ベーキングパウダー / バター	干ひじき(ｱﾙﾐﾝ蓋、乾) / ちくわ / 油揚げ / 豚肉 / みそ / 牛乳 / スキムミルク	にんじん / だいこん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / ねぎ / 抹茶	618
15 水	ハヤシライス 和風コールスローサラダ 番茶	牛乳 いちごの練乳かけ	米(強化米) / じゃがいも / 油 / ハヤシルウ / マヨネーズ	牛肉 / ツナ缶 / 牛乳 / 加糖練乳	玉葱 / にんじん / しめじ / トマト / ケチャップ / キャベツ / きゅうり / コーン缶 / いちご	603
16 木	ご飯 番茶 和風麻婆豆腐 磯かきたま汁	牛乳 黒糖蒸しパン	米(強化米) / 強化米 / 砂糖 / かたくり粉 / ごま油 / 小麦粉 / ベーキングパウダー / バター / 黒砂糖	木綿豆腐 / 豚ひき肉 / みそ / わかめ / 焼きのり / 卵 / 牛乳 / スキムミルク	さやえんどう / 玉葱 / えのきたけ / にんじん	608
17 金	ご飯 番茶 魚の照り焼き 春雨の酢の物 味噌汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / 強化米 / 三温糖 / 油 / 春雨 / ごま / 砂糖 / うどん(生) / クリームパン	ぶり / ハム / 油揚げ / みそ / 牛乳	しょうが / きゅうり / にんじん / 玉葱 / ねぎ	680
20 月	ご飯 番茶 豆腐団子揚げ 温野菜 かきたま汁	牛乳 シュガートースト	米(強化米) / 油 / マヨネーズ / 食パン / バター / クラニュー糖	木綿豆腐 / 鶏ミンチ / さくらえび(素干し) / 干ひじき(ｱﾙﾐﾝ蓋、乾) / 卵 / 絹ごし豆腐 / かつお節 / 牛乳	ねぎ / にんじん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / ブロッコリー / 玉葱 / えのきたけ	673
21 火	ワカメご飯 番茶 鶏ささみとそら豆の和え物 味噌汁	牛乳 ミニフランクフルト	米(強化米) / ごま / マヨネーズ / ごま / 砂糖	まぜわかめ / 鶏若鶏肉ささ身 / そらまめ(乾) / さば(水煮缶詰) / みそ / 牛乳 / フランクフルト	にんじん / トマト / きゅうり / コーン缶 / 切干しだいこん / しめじ / 干し椎茸 / 葉ねぎ / トマト / ケチャップ	550
22 水	ご飯 番茶 豚肉と厚揚げの卵とじ 味噌汁	バナナコッタ	米(強化米) / 三温糖 / 砂糖	豚肩ロース(脂身付) / 厚揚げ / 卵 / 木綿豆腐 / みそ / かつお節 / 生クリーム / 牛乳 / ゼラチン	ごぼう(ゆで) / にんじん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / ねぎ / 玉葱 / えのきたけ	714
23 木	ご飯 えびの天ぷら ピーナッツ和え 味噌汁	牛乳 果物(みかん)	米(強化米) / 小麦粉 / 油 / ピーナッツ / 砂糖	えび / 卵 / かに風味かまぼこ / 木綿豆腐 / わかめ / みそ / 牛乳	キャベツ / 玉葱 / ねぎ / みかん M	547
24 金	ご飯 番茶 肉じゃが 味噌汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / 強化米 / じゃがいも / 糸こんにゃく / 油 / 三温糖 / 焼きふ(観世ふ) / クリームパン	和牛肩ロース(脂身付き) / 油揚げ / わかめ / みそ / 牛乳	玉葱 / にんじん / グリンピース / もやし / えのきたけ	680
27 月	ご飯 番茶 豆腐の松風焼き 温野菜 味噌汁	牛乳 磯味ポテト	米(強化米) / パン粉(乾燥) / 三温糖 / ごま / 油 / マヨネーズ / じゃがいも	鶏ミンチ / 木綿豆腐 / 牛乳 / 卵 / みそ / かつお節 / あおのり	ねぎ / 玉葱 / ブロッコリー / にんじん / えのきたけ	615
28 火	ご飯 番茶 とん平焼き マカロニのカレー風味和え かきたま汁	お茶 コーンと昆布のおにぎり	米(強化米) / 強化米 / 小麦粉 / 油 / マカロニ / バター	豚肩ロース(赤肉) / 卵 / ハム / 絹ごし豆腐 / かつお節 / 刻み昆布	にんじん / えだまめ / 玉葱 / えのきたけ / ねぎ / コーン缶	626
29 水	ご飯 番茶 煮魚・煮付け 味噌汁	牛乳 りんごのソフトクッキー	米(強化米) / こんにゃく(精粉) / 三温糖 / 小麦粉 / バター / 砂糖 / ベーキングパウダー	ぶり / 油揚げ / みそ / 牛乳 / 卵	だいこん / しめじ / えのきたけ / ねぎ / りんご	709
30 木	カツカレー もやしの甘酢あえ 番茶	ゼリー	米(強化米) / 小麦粉 / パン粉(乾燥) / 油 / じゃがいも / カレールウ / 三温糖 / ごま / カップゼリー	豚ロース(脂身付き) / 卵 / 牛肉	玉葱 / にんじん / グリンピース / もやし / きゅうり	617
31 金	ご飯 番茶 すきやき風煮 味噌汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / 強化米 / 糸こんにゃく / 焼きふ(観世ふ) / 三温糖 / クリームパン	和牛肉ばら(脂身付き) / 焼き豆腐 / 木綿豆腐 / わかめ / みそ / 牛乳	にんじん / ねぎ / はくさい / 生しいたけ(菌床栽培、生) / 玉葱	667

☆15日と23日がリクエストメニューです。
 ※都合により献立・材料が変更になることがあります。
 ■熱量は3歳以上児の摂取量です
 ※塩、醤油、みりん、酢、コンソメ、ソースなどの調味料はメニューにより使用いたします。
 お茶は番茶です。

