

2015年5月

給食献立表

東かなまち保育園

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
1 15 29 金	麦ごはん ひじきのサラダ 呉汁 松風焼き サラダ菜	米、白玉粉、じゃがいも、黒砂糖、押麦、マヨネーズ、三温糖、パン粉	牛乳、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、大豆水煮缶、卵、米みそ、麦みそ、油揚げ、きな粉、ツナ油漬缶、いわし煮干、ごま	だいこん、にんじん、たまねぎ、サラダ菜、葉ねぎ、ひじき、レモン果汁、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、酢、酒、みりん、しょうゆ、食塩	牛乳100 キウイフルーツ 牛乳 きなこ白玉黒蜜かけ
2 16 30 土	チャンポン かぼちゃとツナのサラダ	干し中華めん、米、マヨネーズ、ごま油	ヨーグルト(ドリンク)、豚肉(こま)、いか、あさり水煮缶、ツナ油漬缶、かまぼこ、ごま	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、万能ねぎ、しょうが、干しいたけ	鳥がらだし汁、酒、しょうゆ、食塩、中華だしの素、パセリ粉、こしょう、ガーリックパウダー	牛乳100 もも缶 ヨーグルトドリンク ゆかりおにぎり
18 月	麦ごはん ふきの煮物 五目みそ汁 さばのごまマヨネーズ焼き ミニトマト	米、ホットケーキ粉、植物油(揚げ吸油分)、押麦、マヨネーズ、粉糖	牛乳、さば、絹ごし豆腐、米みそ(淡色分)、油揚げ、麦みそ、いわし(煮干し)、すりごま、かつお節	ミニトマト、だいこん、ふき、にんじん、ごぼう、葉ねぎ	煮干だし汁、かつおだし汁、酒、みりん、しょうゆ	牛乳100 メロン 牛乳 豆腐ドーナツ
19 火	バターロール そら豆のチキンクリームシチュー トマトとわかめのサラダ	ロールパン、米、じゃがいも、油、小麦粉、砂糖、三温糖、ごま油	鶏もも肉(皮付き)、鶏もも肉、脱脂粉乳、油揚げ、バター	トマト、たまねぎ、そらまめ、にんじん、コーン缶、きゅうり、キャベツ、グリーンピース、カットわかめ、ひじき	鳥がらだし汁、しょうゆ、酢、食塩	牛乳100 バナナ 麦茶 ひじきおにぎり
20 水	麦ごはん 豆腐とわかめの清汁 鳴門煮 キャベツのごま和え	米、じゃがいも、砂糖、板こんにやく、押麦、三温糖、油、ごま油	調製豆乳、牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、つぶしあん、生揚げ、ちくわ、いわし(煮干し)、すりごま	キャベツ、はくさい、みかん缶、バナナ、にんじん、もやし、塩蔵わかめ、さやえんどう、かんてん(粉)、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 りんご 豆乳 牛乳かんのあんみつ
7 21 木	肉納豆ごはん えのきと白菜のみそ汁 魚のいかだ揚げ きゅうりの酢の物	米、小麦粉、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、押麦、砂糖、白玉麩	かじき、卵、バター、挽きわり納豆、鶏ひき肉、しらす干し、米みそ、麦みそ、いわし(煮干し)、脱脂粉乳、ごま	にんじん、きゅうり、はくさい、えのきたけ、いんげん、葉ねぎ、カットわかめ	煮干だし汁、酢、しょうゆ、酒、みりん、食塩、こしょう	牛乳100 小魚せんべい 麦茶 にんじんケーキ
8 22 金	麦ごはん にら卵スープ 厚揚げとキャベツの回鍋肉	米、食パン、押麦、三温糖、油、パン粉、ごま油	調製豆乳、生揚げ、豚肉(こま)、卵、豚ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)	にんじん、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、にら、ピーマン	しょうゆ、ケチャップ、酒、カレールウ、中華だしの素、食塩	牛乳100 キウイフルーツ 豆乳 カレーサンド
9 23 土	焼きうどん さつまいものみそ汁	干しうどん、さつまいも、小麦粉、黒砂糖、油、ごま油	牛乳、卵、豚肉、油揚げ、かまぼこ、米みそ、麦みそ、コンデンスミルク、かつお節	たまねぎ、キャベツ、もやし、ねぎ、にんじん、万能ねぎ、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳100 ウエハース 牛乳 マーラカオ
11 25 月	わかめごはん 肉団子のスープ 切干大根のみそマヨネーズ和え	米、じゃがいも、小麦粉、押麦、マヨネーズ、三温糖、片栗粉	鶏ひき肉、卵、牛乳、脱脂粉乳、ハム、バター、いわし(煮干し)、卵(黄)、米みそ(甘みそ)、すりごま	にんじん、ブロッコリー、きゅうり、切り干しだいこん、コーン缶、葉ねぎ、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 オレンジ 麦茶 ハムとコーンのマフィン
12 26 火	バターロール さつまいぶミルクスープ メンチカツ 茹でアスパラガス	ロールパン、さつまいも、米、油、パン粉、小麦粉、片栗粉	豚ひき肉、卵、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、はくさい、だいこん、グリーンアスパラガス、ピーマン、パセリ	鳥がらだし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ウスターソース、食塩、みりん、こしょう	牛乳100 バナナ 麦茶 雑炊
13 27 水	ゆかりごはん もずくスープ 高野豆腐の八目煮	米、スパゲティ、押麦、油、三温糖	牛乳、卵、えび、鶏もも肉(皮付き)、ツナ水煮缶、凍り豆腐、かつお節	たまねぎ、にんじん、もずく、キャベツ、えのきたけ、しめじ、万能ねぎ、グリーンピース、干しいたけ、にんにく、のり	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、酒	牛乳100 りんご 牛乳 和風スパゲティ
14 28 木	麦ごはん 野菜スープ いろいろ野菜と魚のオープン焼き	米、小麦粉、じゃがいも、三温糖、押麦、なたね油、オリーブ油	調製豆乳、さけ、牛乳、卵、ゆであずき缶、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、トマト、エリンギ、コーン、グリーンアスパラガス、パセリ、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、ワイン(白)、食塩、こしょう	牛乳100 甘夏かん 豆乳 抹茶蒸しパン

※都合により献立を変更する場合があります。

※1日の松風焼きは鯉のぼりミートローフ、3時おやつはかしわ餅に、21日の3時おやつは誕生会ケーキに変更します。

※今月の3時おやつは1日を除きすべて手作りで。