



# 5月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園/2.3号認定)



2024年



日 曜	昼 食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
1 水	白身魚の照りマヨ焼き 磯煮 ごはん 豚汁 オレンジ	ホットケーキ	タラ/ひじき 油揚げ/豚肉 木綿豆腐・みそ	油/砂糖/米 ごま油/ケキミックス シロップ	黄パプリカ・インゲン 大根・人参 ごぼう・糸蒟蒻 ねぎ/オレンジ	マヨドレ・みりん・醤油・だし	578
2 木	ハンバーグ 花野菜のサラダ ごはん 貝割れと若布のスープ フルーツonゼリー	バームクーヘン	ハンバーグ/わかめ いちごゼリー	油/米 バームクーヘン	ブロッコリー・カリフラワー コーン/貝割れ 黄桃缶・パイン缶	ケチャップ・ソース 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング	721
7 火	白身魚フライ 切干大根の炒め煮 ごはん 里芋と若布のみそ汁 黄桃缶	きな粉マカロニ	白身魚フライ/わかめ みそ/きな粉	油/砂糖/米/里芋 マカロニ・砂糖	切干大根・人参 インゲン/黄桃缶	醤油・みりん・だし・塩	578
8 水	ゴーヤ入り五目ラーメン 肉団子の甘酢あん パインナップル	おかかおにぎり	豚肉/ミートボール 花かつお	ラーメン・油/砂糖 片栗粉/米	ゴーヤ・もやし・玉葱 人参・木耳・ねぎ パインナップル	醤油ラーメンスープの素 塩・こしょう 酢・醤油	482
9 木	ソースチキンカツ丼 南瓜の煮付け 春巻き 食べる小魚	ピーチケーキ	チキンカツ/春巻き 食べる小魚	米・油/砂糖 ケキミックス	キャベツ/南瓜 グリーンピース/黄桃缶	ソース・みりん・ケチャップ 醤油・だし	583
10 金	バターロールパン ポークシチュー ツナとキャベツのサラダ オレンジ	青りんごゼリー	豚肉/ツナ缶 ゼリーの素	ロールパン じゃが芋・油 ブラウンシチュールウ	人参・玉葱・インゲン ブロッコリー・キャベツ オレンジ	8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング	417
12 日	今日は母の日です。おかあさん、いつもありがとう！ 						
13 月	メンチカツ 金平ごぼう ごはん 花麩と貝割れのお吸い物 プチゼリー	ミルクケーキ	メンチカツ/プチゼリー 牛乳	油/白ごま・ごま油 砂糖/米/花麩 ケキミックス	ごぼう・ピーマン 糸蒟蒻/貝割れ	醤油・みりん・だし	598
14 火	ホキの西京焼き 大根のそぼろ炒め ごはん 若竹汁 黄桃缶	黒糖蒸しパン	ホキ・みそ 鶏肉/わかめ	砂糖・油/米 ケキミックス 黒砂糖	大根・インゲン たけのこ 黄桃缶	みりん・醤油・だし	367
15 水	麻婆飯 華風和え 青菜のスープ オレンジ	鬼まんじゅう	豚肉・木綿豆腐・みそ ツナ缶/油揚げ	米・砂糖・ごま油 片栗粉/春雨 さつま芋 ケキミックス	ねぎ・玉葱・椎茸 にんにく・しょうが キャベツ・胡瓜・木耳 人参/青菜/オレンジ	みりん・醤油 酢・中華時	535
16 木	フライドチキン 具沢山のマカロニサラダ ごはん もやしと油揚げのみそ汁 パイン缶	ストロベリーヨーグルト	鶏肉/ツナ缶 油揚げ・みそ ヨーグルト	小麦粉・油/マカロニ 米/いちごジャム	しょうが・にんにく/胡瓜 玉葱・コーン・人参 もやし/パイン缶	こしょう・塩・マヨドレ だし	512
17 金	自分で作ろう！まぜまぜピラフ 南瓜コロッケ 野菜炒め 若布スープ キャンディチーズ	ぶどうゼリー	ウインナー/南瓜コロッケ 鶏肉/わかめ キャンディチーズ ぶどうゼリー	米・油	玉葱・コーン・人参 キャベツ・青菜 赤パプリカ/豆苗	コンソメ・塩・こしょう 醤油・だし	627
21 火	鶏の鍋照り焼き 三色野菜の胡麻よごし ごはん 大根と油揚げのみそ汁 オレンジ	ストロベリーケーキ	鶏肉/油揚げ・みそ	砂糖・片栗粉・油 すりごま・ごま油 米/いちごジャム ケキミックス	もやし・胡瓜・人参 大根/オレンジ	醤油・みりん・だし	536
22 水	ミートソーススパゲティ チキンナゲット 切干大根のツナマヨ和え バナナ	菜めしおにぎり	牛肉・豚肉 チキンナゲット ツナ缶	スパゲティ・油 白ごま・米	玉葱・にんにく マッシュルーム・人参 切干大根・黄パプリカ 胡瓜/バナナ/菜めしの素	塩・こしょう・ソース ケチャップ・コンソメ マヨドレ	651
23 木	豚肉の生姜炒め 高野豆腐の含め煮 ごはん 白菜と若布のみそ汁 プチゼリー	蓮根チップス	豚肉/高野豆腐 わかめ・みそ プチゼリー	油/砂糖/米	玉葱・ピーマン・しょうが 人参・青菜・椎茸 白菜/蓮根	醤油・みりん・だし 塩	567
24 金	カレーライス ウインナー コールスロー 食べる小魚	ブルーベリーヨーグルト	豚肉/ウインナー 食べる小魚 ヨーグルト	米・油・じゃが芋 カレールウ ブルーベリージャム	玉葱・人参/キャベツ 胡瓜・コーン	8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング	563
27 月	メバルの煮付け 初夏キャベツのそぼろ炒め ごはん 新じゃがと新玉ねぎのみそ汁 パインナップル	コーン蒸しパン	メバル/鶏肉/みそ	砂糖/油/米 新じゃが芋 ケキミックス	しょうが/初夏キャベツ 人参/新玉ねぎ パインナップル/コーン	醤油・みりん・だし	466
28 火	ツナ入り五目冷やしうどん 春巻き キャベツのソテー バナナ	いなり寿司	ツナ缶・わかめ/春巻き 油揚げ	うどん・すりごま/油 米・砂糖	もやし・胡瓜・人参 キャベツ・コーン しめじ/バナナ	醤油・酒・みりん だし・塩 マヨドレ・こしょう・酢	444
29 水	鶏と玉葱のみそ炒め ブロッコリーのコーンマヨかけ ごはん 花麩と若布のお吸い物 キャンディチーズ	ふかし芋	鶏肉・みそ/わかめ キャンディチーズ	油・砂糖/米 花麩/さつま芋	玉葱・しめじ/ブロッコリー コーン	マヨドレ・醤油・だし	518
30 木	発芽玄米ごはん 大豆ミートのから揚げ 厚揚げとこんにゃくの煮物 具沢山ののみそ汁 オレンジ	バナナケーキ	米・発芽玄米/大豆ミート・しょうが・にんにく・みりん・醤油・片栗粉・油 糸蒟蒻・厚揚げ・人参・インゲン・醤油・砂糖・みりん 里芋・油揚げ・大根・ごぼう・わかめ・ねぎ・みそ・だし/オレンジ/バナナ・ケキミックス	マクロビオティックの日 			500
31 金	照り焼きハンバーグ 三色ナムル ごはん 豆腐と青菜のみそ汁 ホイップonメープルケーキ	のり塩ポテト	ハンバーグ 木綿豆腐・みそ ホイップクリーム あおのり粉	油・砂糖・片栗粉 白ごま・ごま油/米 ケキミックス シロップ/じゃが芋	もやし・赤パプリカ しめじ/青菜	醤油・だし・塩	668

材料等の都合により献立を変更することがございます。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:546kcal 脂質:17.2g たんぱく質:16.8g

炭水化物:83.1g

食塩相当量:2.1g