



5月の給食献立表



平成29年4月26日

北平田保育園

	日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
					熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
	1	月		クリームシチュー・ふりかけ コールスロー・野菜ジュース いちご	じゃが芋・バター 油	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり みかん缶・野菜ジュース いちご	さつまいもの甘煮 麦茶	ぱりんこ ☆ヤクルト	E428 F9.7 P12.3食塩1.9
○	2	火		たけのこご飯・エビフライ 茹でキャベツ・ふきながし汁 みかんゼリー	ごはん・油・小麦粉 パン粉・そうめん 焼麩・ゼリー	薄揚げ・エビ・卵 さば節・昆布 鶏もも肉	孟宗・人参・しらたき・キャベツ えのき	ヤクルト	かしわ餅 牛乳	E649 F21.1 P19.8食塩2.7
	6	土		豚肉のケチャップ煮 牛乳・ふりかけ バナナ	油・砂糖	豚もも肉・牛乳	玉葱・ピーマン・しめじ バナナ		お菓子 牛乳	E463 F14.8 P14.7食塩1.4
	8	月		麻婆豆腐・華風和え わかめスープ いちご	砂糖・油・片栗粉 ごま油・炒りごま エビ	豆腐・豚ひき肉 味噌・ハム・わかめ エビ	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく もやし・きゅうり・玉葱 いちご	マッシュポテト 麦茶	源氏パイ 牛乳	E412 F10.8 P18.4食塩1.6
	9	火	いちご狩り (4・5歳児)	うどと豚肉の炒め物 ポークシュウマイ・味付けのり みそ汁・ジューシーフルーツ	ごま油・砂糖 シュウマイの皮	豚かた肉・わかめ 豚ひき肉・のり 厚揚げ・煮干・味噌	うど・もやし・椎茸・しらたき 小松菜・にんにく ジューシーフルーツ	りんごヨーグルト	★バナナドーナツ 牛乳	E491 F19.8 P24.5食塩1.9
	10	水	避難訓練	ハッシュドポーク・ふりかけ ドレッシングサラダ 野菜ジュース・フルーツポンチ	バター・油 砂糖	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・野菜ジュース パイン缶・バナナ・みかん缶	バナナ	★よもぎクレープ 牛乳	E493 F20.3 P16.7食塩2.1
	11	木		サー・モン・焼き ふきの煮物・すまし汁 いちご	油・砂糖・焼麩	鮭・さつま揚げ 豆腐・さば節 昆布	ふき・人参・つきこん ほうれん草 いちご	ステイック野菜	★お豆腐団子 牛乳	E501 F15.0 P21.5食塩1.8
	12	金		コーンコロッケ・ゆかり ミックスキャベツ・みそ汁 ジューシーフルーツ	じゃが芋・薄力粉 パン粉・油	豚ひき肉・卵 わかめ・豆腐 煮干・味噌	玉葱・人参・コーン キャベツ・きゅうり・小松菜 ジューシーフルーツ	ぶどうジュース	ごませんべい 牛乳	E586 F15.7 P16.7食塩2.1
	13	土		豚丼風煮 牛乳 バナナ	砂糖	豚かた肉・牛乳	玉葱・しらたき・人参 椎茸・生姜・バナナ		お菓子 牛乳	E429 F13.1 P13.6食塩0.5
	15	月		チキン竜田 アスパラサラダ・春雨スープ ジューシーフルーツ	片栗粉・油 マヨネーズ・春雨 ごま油	鶏もも肉 豆腐	生姜・アスパラ・キャベツ 人参・コーン・チンゲン菜 椎茸・ジューシーフルーツ	バナナ	ベジたべる ☆りんごジュース	E423 F20.1 P15.6食塩1.5
	16	火	野菜の苗植え	白身魚の洋風揚げ しょうゆフレンチ コンソメスープ・いちご	パン粉・薄力粉 油・じゃが芋	たら・粉チーズ ちくわ	にんにく・パセリ・キャベツ ほうれん草・玉葱・人参 コーン・セロリ・いちご	りんごジュース	★そら豆キッシュ 牛乳	E515 F14.5 P19.2食塩1.9
	17	水	スイミング ばら組懇談会	ポークカレー パイングサラダ・牛乳 バナナ	じゃが芋・バター 油	豚もも肉・牛乳	人参・玉葱・キャベツ きゅうり・みかん缶・パイン缶 バナナ	かぼちゃの甘煮	★チーズおにぎり 麦茶	E539 F17.1 P18.2食塩1.4
	18	木		五目ハンバーグ 二色浸し・みそ汁 ジューシーフルーツ	パン粉・油	豚ひき肉・チーズ 厚揚げ・わかめ 煮干・味噌・卵	人参・玉葱・コーン 小松菜・もやし ジューシーフルーツ	ピーチゼリー	★あんかけうどん	E594 F23.9 P22.4食塩2.0
	19	金	眼科検診 納付書	にらます マカロニサラダ 孟宗汁・いちご	マカロニ マヨネーズ	ます・厚揚げ 煮干・味噌 ハム	ニラ・もやし・きゅうり・人参 キャベツ・コーン・孟宗 椎茸・いちご	マンナビスケット 麦茶	バームクーヘン 牛乳	E498 F13.7 P22.7食塩3.1
	20	土	酒田祭り	親子煮 牛乳 バナナ	砂糖	鶏もも肉・卵 かまぼこ・昆布 牛乳	玉葱・人参・椎茸・バナナ		お菓子 牛乳	E440 F12.4 P16.5食塩1.2
	22	月		スペイシーチキン 春雨と炒り卵のナムル ジューシーフルーツ	片栗粉・油 春雨・砂糖 ごま油	鶏もも肉・ハム 卵・厚揚げ 煮干・味噌	にんにく・生姜・もやし きゅうり・キャベツ ジューシーフルーツ	ぶどうジュース	味噌パン 牛乳	E546 F20.4 P21.5食塩1.8
	23	火		赤魚の甘辛揚げ ふきの炒め煮・みそ汁 いちご	片栗粉・油 砂糖	赤魚・さつま揚げ 昆布・豆腐 煮干・味噌	ふき・人参・つきこん・しめじ ほうれん草・いちご	ステイック野菜	★サイダーゼリー	E471 F15.5 P18.8食塩2.3
○	24	水	誕生会	ミートソーススパゲティ フルーチェアラモード 野菜ジュース	スパゲティ・油 小麦粉	豚ひき肉・牛乳 粉チーズ・卵	玉葱・人参・しめじ パセリ・みかん缶 野菜ジュース	バナナ	★ケーキ 麦茶	E498 F20.3 P13.5食塩1.8
	25	木	バス代振替日	肉じゃが キャベツのごま和え みそ汁・いちご	じゃが芋・油 炒りごま 砂糖	豚もも肉・ちくわ 昆布・豆腐 煮干・味噌	玉葱・人参・しらたき・しめじ キャベツ・きゅうり・ほうれん草 いんげん・いちご	ビスコ 麦茶	★春キャベツのマフィン 牛乳	E615 F17.5 P25.4食塩2.8
	26	金		さばの味噌焼き すき昆布煮・ニラ玉汁 いちご	油・片栗粉 砂糖	さば・味噌・昆布 うずら卵・豆腐・卵 豚もも肉	しらたき・人参・ニラ・椎茸 いちご	ジューシーフルーツ	みかんヨーグルト	E505 F22.7 P23.5食塩2.1
	27	土	親子遠足	りんごジュース						
	29	月	ゆり組懇談会	照り焼きチキン スパゲティサラダ 孟宗汁・いちご	砂糖・油 マヨネーズ スパゲティ	鶏もも肉・ツナ 厚揚げ 煮干・味噌	生姜・にんにく・きゅうり キャベツ・人参・コーン 孟宗・椎茸・いちご	みかんジュース	星食べよ ☆みかんジュース	E584 F17.1 P18.5食塩2.3
	30	火		鰯のカレーあんかけ ボイルワインナー・たまごスープ ジューシーフルーツ	片栗粉・油	さわら・鶏ひき肉 ワインナー・豆腐 わかめ・卵	玉葱・人参・椎茸・小松菜 葱・ジューシーフルーツ	プリン	★ピザトースト 牛乳	E504 F20.2 P21.0食塩1.6
	31	水	遠足代集金	五目卵焼き お浸し・チーズ納豆 みそ汁・バナナ	砂糖・焼麩 油	卵・鶏ひき肉 納豆・チーズ・豆腐 煮干・味噌	人参・椎茸・葱・もやし ほうれん草・えのき バナナ	さつまいもマッシュ	★クロワッサン 牛乳	E499 F15.2 P20.1食塩1.8

○完全給食の日

※発注材料の関係で、一部の献立を変更させていただく場合があります。ご了承下さい。

★手作りおやつの日
☆未満児牛乳