



5月の給食献立表



平成31年4月25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)			
	7	火		クリームシチュー・ふりかけ コールスロー・野菜ジュース オレンジ	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 オレンジ	星たべよ 麦茶	フルーツゼリー	E334 F10.5 P12.2食塩2.0
	8	水		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	豆腐・豚ひき肉 エビ・味噌・ハム わかめ	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく もやし・きゅうり・玉葱 いちご	バナナ	★キャベツマフィン 牛乳	E358 F20.2 P16.0食塩1.8
🐟	9	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	オレンジ	源氏パイ 牛乳	E380 F10.8 P21.9食塩2.4
	10	金		照り焼きチキン・ふりかけ パスタサラダ みそ汁・オレンジ	砂糖・油 マヨネーズ スパゲティ	鶏もも肉 ツナ・厚揚げ 味噌・煮干し	生姜・にんにく・きゅうり キャベツ・人参・コーン 小松菜・オレンジ	かぼちゃの甘煮 麦茶	ヨーグルト	E289 F11.0 P19.8食塩2.1
	11	土		豚丼風 わかめスープ バナナ	砂糖	豚かた肉 わかめ	玉葱・しらたき・人参 椎茸・生姜 バナナ		お菓子 牛乳	E338 F13.4 P13.2食塩0.7
	13	月		洋風卵焼き お浸し・梅おかか納豆 みそ汁・バナナ	油	卵・ベーコン・牛乳 チーズ・納豆・かつお節 厚揚げ・味噌・煮干し	玉葱・人参・パプリカ・パセリ もやし・ほうれん草・えのき バナナ	いちご	純米せんべい ☆ぶどうジュース	E446 F21.9 P20.9塩分2.9
	14	火		スパイシーチキン 春雨と炒り卵のナムル すまし汁・ジュース・フルーツ	片栗粉・油 春雨・砂糖 焼麩・ごま油	鶏もも肉 卵・ハム 昆布・さば節	もやし・きゅうり・小松菜 ジュース・フルーツ	バナナ	★いちごパイ 牛乳	E365 F22.3 P16.5食塩2.2
🐟	15	水	ばら組懇談会	赤魚の甘辛揚げ ふきの炒め煮 みそ汁・オレンジ	片栗粉・油 砂糖	赤魚・さつま揚げ 豆腐 味噌・煮干し	ふき・人参・つきこん しめじ・ほうれん草 オレンジ	さつまいもマッシュ 麦茶	★マカロニあべかわ 牛乳	E420 F18.6 P16.8食塩1.7
	16	木	野菜の苗植え	うどと豚肉の炒め物 エビシュウマイ みそ汁・バナナ	じゃが芋・油 砂糖 炒りごま	豚もも肉・昆布 ちくわ・豆腐 味噌・煮干し	玉葱・しらたき・人参・しめじ キャベツ・きゅうり・ほうれん草 バナナ	みかんジュース	★たまご寒天 麦茶	E293 F14.2 P16.9食塩2.6
🐟	17	金	スイミング 眼科検診 (酒田祭り献立)	にらます うどんのあんかけ 孟宗汁・いちご	うどん・砂糖 片栗粉	鱈・卵 なると・厚揚げ 味噌・煮干し	ニラ・もやし・ほうれん草 孟宗・椎茸 いちご	オレンジ	サッポロポテト ☆みかんジュース	E406 F17.4 P25.0食塩3.2
	18	土		豚肉のケチャップ煮 コンソメスープ・ふりかけ バナナ	じゃが芋 油・砂糖	豚もも肉 わかめ	玉葱・ピーマン・人参 しめじ・コーン バナナ		お菓子 牛乳	E371 F14.9 P15.2食塩1.4
	20	月	酒田祭り 納付書	ポークカレー ドレッシングサラダ 牛乳・ジュース・フルーツ	じゃが芋・油	豚もも肉 牛乳	人参・玉葱・キャベツ・きゅうり ジュース・フルーツ		味噌パン 牛乳	E313 F16.0 P13.6食塩1.6
🐟	21	火		鰯の幽庵焼き ごま和え 卵スープ・いちご	すりごま 砂糖	鰯・卵	もやし・小松菜・人参 葱・椎茸・いちご	スティック野菜	★お好み焼き 麦茶	E320 F16.1 P19.3食塩2.1
○	22	水	園外保育	詰め合わせお弁当 野菜ジュース	ご飯・じゃが芋 スパゲティ 油・薄力粉・パン粉	鮭・エビ ベーコン	ブロッコリー・トマト・玉ねぎ ピーマン	ヤクルト	★フルーチェ	
	23	木		チキン竜田 アスパラのおかか和え 春雨スープ・バナナ	片栗粉・油 春雨 ごま油	鶏もも肉 かつお節・豆腐	アスパラ・キャベツ・人参 コーン・椎茸・チンゲン菜 バナナ	粉ふき芋 麦茶	★ピザトースト 牛乳	E321 F10.3 P15.1食塩1.1
○	24	金	誕生会 バス代振替日	ナポリタン フルーツポンチ	スパゲティ 砂糖 油	ハム・ベーコン 粉チーズ エビ	玉ねぎ・人参・ピーマン マッシュルーム・いちご バナナ・みかん缶	ぶどうジュース	★ケーキ 麦茶	E661 F23.2 P20.8食塩2.1
🐟	25	土	わんわん広場	いかバーグ 旬の野菜のビーフンソテー 庄内麩のみそ汁・ゼリー	パン粉・ビーフン 油・焼麩 ごま油	イカ・魚すり身 豚もも肉 豆腐・味噌・煮干し	玉葱・人参・葱・さやえんどう アスパラ・キャベツ・ピーマン			
🐟	27	月		ジャーマンポテト ブロッコリー・トマト みそ汁・バナナ	じゃが芋 マヨネーズ 小麦粉	鱈・ベーコン 味噌・煮干し	ブロッコリー・トマト・玉ねぎ ピーマン・玉葱・人参 パセリ・バナナ	いちご	バームクーヘン 牛乳	
	28	火	内科検診	鶏肉の唐揚げ コーンサラダ・プチトマト コンソメスープ・いちご	片栗粉・油 じゃが芋	鶏もも肉	キャベツ・きゅうり・コーン 人参・トマト・玉葱・アスパラ いちご	りんごジュース	★水ようかん	E389 F21.9 P19.6食塩2.1
	29	水		ウインナーの変わり味噌炒め 二色浸し すまし汁・ジュース・フルーツ	じゃが芋・ごま油 砂糖 焼麩	ウインナー・味噌 豆腐・さば節 昆布	ピーマン・小松菜・もやし えのき・ジュース・フルーツ	バナナ	★よもぎホットケーキ 牛乳	E471 F23.3 P18.7食塩2.7
	30	木	ゆり組懇談会	鯖の味噌焼き すき昆布煮・ニラ玉汁 いちご	油・片栗粉 砂糖	鯖・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	ビスコ 麦茶	★お豆腐団子 牛乳	E359 F11.9 P14.8食塩1.6
	31	金		豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁・バナナ	砂糖・じゃが芋 マヨネーズ 焼麩	豚かた肉 味噌・煮干し	ピーマン・玉葱・生姜・きゅうり 人参・えのき・小松菜 バナナ	オレンジ	ベジたべる ☆りんごジュース	E490 F20.8 P20.4食塩1.6

○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。

🐟庄内浜魚デー

🐟お魚の日

★手作りおやつの日

☆未満児牛乳