

令和2年5月献立表(5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組) 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	金	豆ごはん	米 さやえんどう 塩	牛乳	牛乳	495	☆豆ごはん☆ひまわり組さんが 豆むきをしてくれたお豆を 使う予定です。
		えびかつ	えび 玉葱 バン粉 卵白粉 油	エントリー	☆☆☆	28.4	
		ブロッコリーとツナのサラダ 豆腐と油揚げの味噌汁	ブロッコリー ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし	お野菜せんべい			
2	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ	ジュース	りんごジュース	557	家庭保育協力日
		牛肉コロケ	しょう油 みりん 酒 かつおだし 片栗粉	お菓子	☆☆☆	17.7	
		チーズ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 バン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油				
4	月	休園(みどりの日)					 今月のこの地域の旬(たくさん出回り 美味しく食べられる食材)は きゃべつ・アスパラガス・玉ねぎ・ さやえんどう・筍 です。 給食メニューにもたくさん取り入れて いるので何が入っているか楽しみに していただいね。 
5	火	 休園(こどもの日)					
6	水	休園(振替休日)					
7	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	513	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 油揚げ ひじき こんにやく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	バタークッキー	☆☆☆	17.2	
		筍と麩のすまし汁	筍 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし さばぶし かつおぶし	ぱりんこ			
8	金	卵とじうどん	うどん 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ	牛乳	牛乳	546	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルククイーンです♪
		パンキンサラダ	かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	グレーゼリー	グレープジュース ゼラチン 砂糖	20.5	
		チーズ	かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ	白い風船	☆☆☆		
9	土	ウイナーピラフ	米 ポークピッツ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイオン 塩	ジュース	りんごジュース	603	家庭保育協力日
		コンソメスープ	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイオン 塩 しょう油 みりん 酒	お菓子	☆☆☆	13.2	
		ゼリー	ゼリー				
11	月	マーボー丼	米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ ニラ 人参 しめじ 油 にんにく 生姜 砂糖 合わせ味噌 しょう油 片栗粉 ごま油	牛乳	牛乳	499	
		ひじきサラダ	ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま	パニラウエハース	☆☆☆	19.0	
		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい			
12	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	498	
		豚肉と大豆の中華煮	豚肉 大豆 人参 筍 しめじ コーン 生姜 中華だし 砂糖 しょう油 みりん 酒	フレンチトースト	ロールパン 卵 牛乳 砂糖 ケーキシロップ	18.9	
		えのきとかまぼこのすまし汁	えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし さばぶし かつおぶし	たべっ子どうぶつ	☆☆☆		
13	水	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ 玉葱 人参 ピーマン 黄パプリカ ポークピッツ マッシュルーム ケチャップ 砂糖 コンソメ ブイオン	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	491	
		ポテトサラダ	じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ	ブリッツ(サラダ味)	☆☆☆	14.7	
		バナナ	バナナ				
14	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	479	
		さわらの西京焼き	さわら 塩 白味噌 合わせ味噌 みりん 砂糖	杏仁豆腐	牛乳 寒天 砂糖 アーモンドエッセンス バイン缶 黄桃缶	21.9	
		春野菜たっぷり炒め	きゃべつ 玉葱 もやし アスパラガス コーン ベーコン 塩 しょう油 みりん 酒 しめじ えのき 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩				
15	金	おからカレー	米 おから 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも カレールー	うさぎ組)牛乳	牛乳	539	
		和風サラダ	りんご バナナ はちみつ スキムミルク コンソメ ブイオン	星食べよ	☆☆☆	18.7	
		幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 香りごまドレッシング 牛乳 野菜ジュース	牛乳せんべい			
16	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ	ジュース	りんごジュース	557	家庭保育協力日
		牛肉コロケ	しょう油 みりん 酒 かつおだし 片栗粉	お菓子	☆☆☆	17.7	
		チーズ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 バン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油				
18	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	513	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 油揚げ ひじき こんにやく グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	バタークッキー	☆☆☆	17.2	
		筍と麩のすまし汁	筍 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし さばぶし かつおぶし	ぱりんこ			
19	火	卵とじうどん	うどん 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 油揚げ	牛乳	牛乳	546	☆つくし組☆明日の豆ごはんの 豆むきをする予定です。
		パンキンサラダ	かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	グレーゼリー	グレープジュース ゼラチン 砂糖	20.5	
		チーズ	かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ	白い風船	☆☆☆		
20	水	豆ごはん	米 さやえんどう 塩	牛乳	牛乳	492	
		えびかつ	えび 玉葱 バン粉 卵白粉 油	エントリー	☆☆☆	28.4	
		ブロッコリーとツナのサラダ 豆腐と油揚げの味噌汁	ブロッコリー ツナ コーン ひじき コールスロードレッシング 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし	お野菜せんべい			
21	木	パン	パン	牛乳	牛乳	550	☆ひまわり組☆ お弁当の日♪
		マカロニのクリーム煮	マカロニ 鶏肉 玉葱 人参 じゃがいも アスパラガス マッシュルーム グリンピース スキムミルク シチュールツ コンソメ ブイオン	ルヴァン ツナマヨディップ	ルヴァン ツナ マヨドレ	23.4	
		フレンチサラダ	きゃべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング	えび小丸	☆☆☆		
22	金	ごはん	米	牛乳	牛乳	433	
		鯖のオーロラ煮	鯖 塩 生姜 片栗粉 油 ケチャップ 砂糖 ウスターソース 合わせ味噌	キャロットケーキ	ホットケーキmix りんごジュース 人参 卵 サラダ油	20.8	
		白菜としめじの煮浸し 若布と人参の味噌汁	白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 若布 人参 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつおぶし さばぶし				
23	土	ウイナーピラフ	米 ポークピッツ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイオン 塩	ジュース	りんごジュース	603	家庭保育協力日
		コンソメスープ	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイオン 塩 しょう油 みりん 酒	お菓子	☆☆☆	13.2	
		ゼリー	ゼリー				
25	月	マーボー丼	米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ ニラ 人参 しめじ 油 にんにく 生姜 砂糖 合わせ味噌 しょう油 片栗粉 ごま油	牛乳	牛乳	499	おやつプリンに ホイップ・ たべっ子どうぶつ を トッピングします♪
		ひじきサラダ	ひじき きゅうり 人参 かにかま コーン マヨネーズ しょう油 すりごま	パニラウエハース	☆☆☆	19.0	
		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい			
26	火	誕生会	米 ボケモンふりかけ	ジュース	りんごジュース	485	☆ひまわり組☆ お弁当の日♪
		旗つきオムレツ	卵 豆乳 人参 しめじ ピーマン コンソメ ブイオン	お楽しみプリンアラモード	ひまわり・つくし)プリン たん・うさぎ)プリンミクス	21.4	
		鶏肉の唐揚げ/ブチマト きゃべつたっぷりスープ	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油 / ブチマト きゃべつ ベーコン じゃがいも 玉葱 コーン コンソメ ブイオン 塩 しょう油 みりん 酒				
27	水	ごはん	米	牛乳	牛乳	496	サンプルはたんぽぽ2組前に置 いてあります。たんぽぽ(3歳児) の分量です。うさぎ組はそれより 少なめ、つくし・ひまわり組はそれ より多めです。質問等は担任に お聞きください。
		豚肉と大豆の中華煮	豚肉 大豆 人参 筍 しめじ コーン 生姜 中華だし 砂糖 しょう油 みりん 酒	とうもろこし蒸しパン	ホットケーキmix スキムミルク 卵 コーン バター	17.8	
		えのきとかまぼこのすまし汁	えのき かまぼこ 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし さばぶし かつおぶし	たべっ子どうぶつ	☆☆☆		
28	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	637	
		さわらの西京焼き	さわら 塩 白味噌 合わせ味噌 みりん 砂糖	たこ焼き	たこ 小麦粉 卵 きゃべつ 葱 かつお節 ソース	28.1	
		春野菜たっぷり炒め	きゃべつ 玉葱 もやし アスパラガス コーン ベーコン 塩 しょう油 みりん 酒 しめじ えのき 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩				
29	金	おからカレー	米 おから 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも カレールー	うさぎ組)牛乳	牛乳	554	
		和風サラダ	りんご バナナ はちみつ スキムミルク コンソメ ブイオン	星食べよ	☆☆☆	19.3	
		幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 香りごまドレッシング 牛乳 野菜ジュース	牛乳せんべい			
30	土	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ	ジュース	りんごジュース	557	家庭保育協力日
		牛肉コロケ	しょう油 みりん 酒 かつおだし 片栗粉	お菓子	☆☆☆	17.7	
		チーズ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 バン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 油				