



## 5月給食だより



大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	木	昼食	ご飯 鶏肉のパン粉焼き キャベツのツナ和え 玉ねぎのみそ汁	鶏肉 ツナ缶 味噌	ドライパセリ キャベツ・三度豆・コーン 玉ねぎ・人参	精白米 パン粉(小麦)・キャノーラ油 上白糖	食塩 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳(乳)		さつまいも	
2	金	昼食	チキンライス こいのぼり春巻き キャベツスープ	鶏肉 棒チーズ(乳)	玉ねぎ・コーン キャベツ・人参	精白米・キャノーラ油 春巻きの皮(小麦)・じゃがいも・マヨドレ・キャノーラ油	食塩・ケチャップ・コンソメ 食塩 コンソメ・水
		3時	牛乳 柏餅風蒸しパン	牛乳(乳) こしあん	ほうれん草	米粉ホットケーキミックス	水
7	水	昼食	ご飯 めばるの照り焼き 小松菜の信田和え ふのみそ汁	メバル あげ 味噌	小松菜・人参 干わかめ	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖 切り麩(小麦)	料理酒・濃口醤油・みりん風 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 セサミクッキー	牛乳(乳)		小麦粉(小麦)・上白糖・白ごま・キャノーラ油	
8	木	昼食	ご飯 ホイコーロー スマイルポテト 玉ねぎのスープ	豚肉・赤だし味噌	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン 玉ねぎ・ねぎ	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 スマイルポテト・キャノーラ油	濃口醤油 食塩 中華味・水
		3時	牛乳 フルーツポンチ	牛乳(乳)	パイン缶・黄桃缶・みかん缶		
9	金	昼食	ミートスパゲティ 具だくさんスープ オレンジ	合ミンチ	人参・玉ねぎ・トマト缶・グリーンピース ほうれん草・白菜・人参・コーン オレンジ	スパゲッティ・上白糖・キャノーラ油	食塩・コンソメ・ケチャップ・トンカツソース コンソメ・水
		3時	お茶 たぬきおにぎり	花かつお	ねぎ	精白米	天かす(小麦)・濃口醤油・みりん風
12	月	昼食	スタミナチャーハン チンゲン菜とちくわの和え物 さつまいものみそ汁	豚肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・コーン・三度豆・にんにく チンゲン菜・キャベツ・人参 ねぎ	精白米・ごま油 上白糖 さつまいも	中華味・食塩・濃口醤油 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 青りんごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素青りんご・水
13	火	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ かぼちゃサラダ 大根のみそ汁	鶏肉 味噌	にんにく 南瓜・レーズン・グリーンピース・人参 大根・干わかめ	精白米 片栗粉・キャノーラ油 マヨドレ	料理酒・濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 バナナ	牛乳(乳)	バナナ		
14	水	昼食	きつねうどん 三度豆の和え物 黄桃缶	あげ	人参・干わかめ 三度豆・コーン 黄桃缶	うどん(小麦) 上白糖	天かす(小麦)・濃口醤油・食塩・みりん風・だし汁 濃口醤油
		3時	お茶 おかかおにぎり	花かつお		精白米	濃口醤油
15	木	昼食	ご飯 さわらの味噌煮 ビーフンのいろいろ炒め 豆腐のすまし汁	サワラ・味噌 豆腐	もやし・人参・三度豆・黄パプリカ ねぎ	精白米 上白糖 ビーフン・ごま油	料理酒・みりん風・だし汁 濃口醤油・みりん風 濃口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 チヂミ	牛乳(乳)	玉ねぎ・ニラ・人参	小麦粉(小麦)・ごま油	食塩・だし汁・濃口醤油・酢
16	金	昼食	カレーライス キャベツのフレンチサラダ チーズ	豚ミンチ 棒チーズ(乳)	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・人参	精白米・じゃがいも・キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油	とろけるカレー甘口(小麦)・水 酢・食塩
		3時	牛乳 ふのラスク(きなこ)	牛乳(乳) きな粉		切り麩(小麦)・キャノーラ油・上白糖	

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
19	月	昼食	ご飯 豚肉のしぐれ煮 春雨の和え物 チンゲン菜のみそ汁	豚肉 竹輪 あげ・味噌	ごぼう・玉ねぎ・人参・しょうが・ねぎ きゅうり チンゲン菜	精白米 上白糖 緑豆春雨・上白糖・ごま油	濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 フライドポテト	牛乳(乳)		シューティング・キャノーラ油	食塩
20	火	昼食	ご飯 白身魚の揚げ浸し ひじきのサラダ 玉ねぎのみそ汁	タラ 味噌	ひじき・キャベツ・コーン・人参 玉ねぎ・ねぎ	精白米 片栗粉・キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	料理酒・食塩・コショウ・淡口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 豆乳ココアプリン	牛乳(乳) 豆乳	クールアガー	上白糖	純ココア
21	水	昼食	ちらし寿司 じゃがいものきんぴら 花麩のすまし汁	ピンクデンブ・竹輪・玉子(卵) さつまあげ	きぬさや 人参・三度豆 ほうれん草	精白米 じゃがいも・上白糖・ごま油・白ごま 花麩(小麦)	ちらし寿司の素 濃口醤油 淡口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 ホットケーキ	牛乳(乳)		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油・メープルシロップ	ベーキングパウダー・水
22	木	昼食	ちゃんぽん麺 大根のポン酢和え オレンジ	豚肉・ナルト	キャベツ・玉ねぎ・コーン 大根・ブロッコリー・人参 オレンジ	ラーメン(小麦) 	中華味・淡口醤油・水 味ぼんマイルド
		3時	お茶 ゆかりおにぎり		ゆかり	精白米	
23	金	昼食	ご飯 マーボー豆腐 小松菜の三色和え 白菜のスープ	豆腐・合ミンチ・赤だし味噌	しょうが・玉ねぎ・人参・ねぎ 小松菜・もやし・人参 白菜・干わかめ	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 上白糖・ごま油	濃口醤油 濃口醤油 中華味・水
		3時	牛乳 いちごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素ストロベリー・水
26	月	昼食	ご飯 赤魚のごま焼き 千切大根の煮物 ほうれん草のみそ汁	赤魚 あげ 味噌	千切り大根・人参・きぬさや ほうれん草・人参	精白米 白ごま・黒ごま・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油・みりん風 だし汁・みりん風・濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(乳) 豆腐		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
27	火	昼食	ご飯 鶏肉の照焼き お豆のサラダ ふのみそ汁	鶏肉 大豆 味噌 	三度豆・人参 干わかめ	精白米 上白糖・片栗粉 マヨドレ 切り麩(小麦)	料理酒・みりん風・濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ブドウゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素ブドウ・水
28	水	昼食	ご飯 豚肉の生姜焼き チンゲン菜のおかか和え もやしのみそ汁	豚肉 竹輪・花かつお あげ・味噌	玉ねぎ・三色ピーマン・しょうが チンゲン菜・白菜・人参 もやし	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ウインナー蒸しパン	牛乳(乳) ウイニー		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
29	木	昼食	五目うどん キャベツのみそマヨサラダ バナナ	鶏肉・あげ ツナ缶・味噌	人参・玉ねぎ・ねぎ キャベツ・ブロッコリー・コーン バナナ	うどん(小麦) マヨドレ	濃口醤油・みりん風・だし汁
		3時	お茶 わかめおにぎり		炊き込みわかめ	精白米	
30	金	昼食	高野豆腐のそぼろ丼 白菜の甘酢和え 玉ねぎスープ	高野豆腐・豚ミンチ ナルト	人参・糸こんにゃく・しょうが 白菜・きゅうり・人参 玉ねぎ・ねぎ	精白米・キャノーラ油・上白糖・片栗粉 上白糖 	だし汁・濃口醤油・みりん風 酢・薄口醤油 中華味・水
		3時	牛乳 りんごのコンポート	牛乳(乳)	りんご・レモン	上白糖	

1~2歳栄養価の平均 エネルギー(エ) 413kcal たんぱく質(た) 14.8g 脂質(脂) 12.4g 食塩相当量(食塩) 1.4g

名産食品

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★( )内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★10時おやつのお菓子は園より提供になります。