

令和3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	土	ごはん	米	ジュース	りんごジュース	296	家庭保育協力日	
		かつおぶしかけ	かつおぶし	お菓子	☆☆☆	9.0		
		牛肉コロッケ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛乳 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートコング 砂糖 しょう油 食塩					
		豆腐と油揚げの味噌汁	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					
3	月	休園 (憲法記念日)						ひよこ組給食試食会♪
4	火	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 春きゃべつ・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てくださいね。
5	水	休園 (こどもの日)						
6	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	514	家庭保育協力日	
		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	☆☆☆	20.6		
		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				
7	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	455	☆今月のお米☆	
		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	19.3	小杉農園のきぬひかり・ミルキークイーンです♪	
		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	☆☆☆			
8	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	ジュース	りんごジュース	515	家庭保育協力日	
		コンソメスープ	コンソメ ブイヨン 塩	お菓子	☆☆☆	11.6		
		ゼリー	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒					
10	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	477	ひまわり1組遠足へ出かけます♪	
		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	おにぎりせんべい	☆☆☆	19.0		
		レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい				
11	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	521	☆ひまわり組クッキングおやつ☆ お部屋でヨーグルトパフェを作って食べます♪	
		豚肉と大豆の中華煮	豚肉 大豆 人参 筍 しめじ コーン 生姜	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	20.9		
		えのきとかまぼこのすまし汁	中華だし 砂糖 しょう油 みりん 酒	たべっ子どうぶつ	☆☆☆			
12	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	ヨーグルト	ヨーグルト 砂糖	500	ひまわり2組遠足へ出かけます♪	
		ポテトサラダ	マッシュルーム ケチャップ 砂糖 コンソメ ブイヨン	ブリッツ(サラダ味)	☆☆☆	15.9		
		ブルー	じゃがいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ					
13	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	482	☆ひまわり組クッキングおやつ☆ お部屋でヨーグルトパフェを作って食べます♪	
		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	22.6		
		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					
14	金	きこのすまし汁	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	うさぎ組)牛乳	牛乳	506	ひまわり2組遠足へ出かけます♪	
		おからカレー	米 おから 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも カレールウ	星食べよ	☆☆☆	18.0		
		和風サラダ	りんご パナナ はちみつ スキムミルク コンソメ ブイヨン	牛乳せんべい				
15	土	幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	牛乳 野菜ジュース	ジュース	りんごジュース	390	家庭保育協力日	
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ しょう油 みりん 酒 かつおだし 片栗粉	お菓子	☆☆☆	10.6		
		牛肉コロッケ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛乳 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートコング 砂糖 しょう油 食塩					
17	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	514	つくし2組遠足へ出かけます♪	
		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	☆☆☆	20.6		
		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				
18	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	455	☆ひまわり組☆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	19.3		
		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	☆☆☆			
19	水	豆ごはん	米 さやえんどう 塩	牛乳	牛乳	480	つくし1組遠足へ出かけます♪	
		えびかつ	えび 玉葱 パン粉 卵白粉 油	エントリー	☆☆☆	34.1		
		ブロッコリーとツナのサラダ	ブロッコリー ツナ コーン ひじき コールスロッドレッシング	お野菜せんべい				
20	木	豆腐と油揚げの味噌汁	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	牛乳	牛乳	523	つくし1組遠足へ出かけます♪	
		パン	パン	ルヴァン ツナマヨディップ	ルヴァン ツナ マヨドレ	21.0		
		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	えび小丸	☆☆☆			
21	金	ごはん	米	牛乳	牛乳	555	☆ひまわり組☆明日の豆ごはんの豆むきをする予定です。	
		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	23.5		
		白菜としめじの煮浸し	白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし					
22	土	若布と人参の味噌汁	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	ジュース	りんごジュース	515	家庭保育協力日	
		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	お菓子	☆☆☆	11.6		
		コンソメスープ	豚肉 白菜 じゃがいも コーン コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒					
24	月	ゼリー	ゼリー	牛乳	牛乳	477	☆ひまわり組☆明日の豆ごはんの豆むきをする予定です。	
		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	おにぎりせんべい	☆☆☆	19.0		
		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					
25	火	レアチーズ	レアチーズ	きな粉せんべい			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♪	
		誕生日会	誕生日会	ジュース	りんごジュース	460		
		旗つきオムレツ	卵 豆乳 人参 しめじ ピーマン コンソメ ブイヨン	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	17.6		
26	水	鶏肉の唐揚げ/ブチトマト	鶏肉 しょう油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 油 / ブチトマト	牛乳	牛乳	518	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。	
		きゃべつたっぷりスープ	きゃべつ ベーコン じゃがいも 玉葱 コーン コンソメ ブイヨン 塩 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	19.8		
		ごはん	米	たべっ子どうぶつ	卵 コーン バター			
27	木	ごはん	米	牛乳	牛乳	663	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。	
		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	29.3		
		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					
28	金	きこのすまし汁	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	うさぎ組)牛乳	牛乳	506	☆つくし組☆明日の豆ごはんの豆むきをする予定です。	
		おからカレー	米 おから 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも カレールウ	星食べよ	☆☆☆	18.0		
		和風サラダ	りんご パナナ はちみつ スキムミルク コンソメ ブイヨン	牛乳せんべい				
29	土	幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース	牛乳 野菜ジュース	ジュース	りんごジュース	390	家庭保育協力日	
		野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 油揚げ しょう油 みりん 酒 かつおだし 片栗粉	お菓子	☆☆☆	10.6		
		牛肉コロッケ	じゃがいも 牛肉 玉葱 牛乳 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートコング 砂糖 しょう油 食塩					
31	月	チーズ	チーズ	牛乳	牛乳	481	☆つくし組☆明日の豆ごはんの豆むきをする予定です。	
		ごはん	米	えび満月	☆☆☆	21.7		
		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					
		白菜としめじの煮浸し	白菜 しめじ 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし					
		若布と人参の味噌汁	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					