

5月給食だより

こども献立表

雨尾幼稚園 様

日付	曜日	こんだて	主な材料と体内での働き			kcal	たんぱく質g
			主に熱や力のもとになるもの	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		
2月		枝豆野菜ソテー 照り焼きハンバーグ・星ポテト ブロッコリーのイタリアンサラダ ミニゼリー	砂糖・星ポテト 米	ハンバーグ・ツナ	玉葱・ブロッコリー 人参・枝豆・コーン	396	9.9
6日	金	豚肉のすき煮・メンチカツ ツナと大根の煮物・大学芋	砂糖・大学芋 米	豚肉・メンチカツ ツナ	玉葱・人参 椎茸・白菜 大根・グリーンピース	444	12.0
9日	月	豚ニラソテー・味噌カツ 鶏じゃが・オレンジ	じゃが芋・米	豚肉・味噌カツ 鶏肉	人参・玉葱 オレンジ・にら・筍	391	11.0
10日	火	野菜炒め・鶏の照り焼き 三角春巻き・白菜の塩昆布和え ミニゼリー	三角春巻き・砂糖 米	豚肉・鶏肉 油揚げ	キャベツ・玉葱 昆布・ピーマン・白菜	398	11.2
11日	水	青梗菜ソテー 野菜コロッケ・赤はんぺん 高野豆腐の煮物・バナナ	野菜コロッケ・蒟蒻 砂糖・米	赤はんぺん・高野豆腐	人参・玉葱 バナナ・椎茸 青梗菜・グリーンピース	400	10.1
12日	木	ハムとキャベツのコンソメソテー 鱈の竜田揚げ マカロニサラダ・フルーツ寒天	片栗粉・マカロニ 寒天・米	鱈・ハム	キャベツ・生姜 人参・黄桃・みかん 枝豆・コーン・パイン	510	13.2
13日	金	小松菜と油揚げの和風炒め 鶏肉の西京焼き・スマイルポテト 海藻サラダ・カスタードプチケーキ	砂糖・スマイルポテト カスタードプチケーキ・米	鶏肉・油揚げ 味噌・ハム	胡瓜・人参 コーン・小松菜 海藻	442	12.9
16日	月	マカロニソテー 鶏の香草パン粉焼き オムレツ・大根サラダ 洋梨缶	マカロニ・パン粉 米	鶏肉・オムレツ	玉葱・大根 胡瓜・ピーマン 洋梨・グリーンピース 人参・コーン	402	13.4
17日	火	五目豆・コーンフライ ひじきの煮物・ミニゼリー	蒟蒻・砂糖 コーンフライ・米	大豆・油揚げ	人参・枝豆 椎茸・ひじき グリーンピース	407	11.2
18日	水	法蓮草とコーンのソテー 鶏の磯辺揚げ・南瓜焼売 ジャーマンポテト・チーズ	小麦粉・南瓜焼売 じゃが芋・米	鶏肉・チーズ ウィンナー	玉葱・人参 パセリ・コーン 法蓮草・あおさ粉	423	12.2
19日	木	ピーマンソテー 鮭の塩焼き・ウィンナー 筑前煮・杏仁豆腐	蒟蒻・砂糖 杏仁豆腐・米	豚肉・鮭 ウィンナー	人参・ピーマン 椎茸・絹さや 木耳・牛蒡・筍	389	10.4
20日	金	ツナとキャベツのコンソメソテー 豆腐野菜ハンバーグ 一口真アジフライ 小松菜のおかか和え・ドーナツ	ドーナツ・米	ツナ・豆腐ハンバーグ 一口真アジフライ・油揚げ 削り粉	キャベツ・人参 小松菜	396	13.4
23日	月	茄子の味噌煮 チキン南蛮風・花形豆腐 白菜と油揚げのお浸し パイン缶	片栗粉・砂糖 米	鶏肉・豚肉 味噌・花形豆腐・油揚げ	玉葱・人参 パイン・茄子 白菜	439	11.1
24日	火	青椒肉絲・ハンバーグ 磯辺白身フライ 切干大根の煮物・みかん缶	片栗粉・砂糖・米	豚肉・磯辺白身フライ ハンバーグ	人参・ピーマン 切干大根・みかん 筍・木耳・椎茸	429	14.0
25日	水	蓮根の和風ソテー ハムカツ・ビーンズサラダ 白桃缶	砂糖・米	鶏肉・ハムカツ 大豆	胡瓜・蓮根 白桃・ピーマン 枝豆・コーン	394	12.1
26日	木	春雨ソテー・鰯の漬け焼き ソイリーボール 金平牛蒡・マンゴー缶	春雨・砂糖 米	鶏肉・鰯 ソイリーボール	玉葱・人参 牛蒡・マンゴー ピーマン・絹さや	395	6.9
27日	金	ウィンナーとピーマンソテー 鱈の竜田揚げ 法蓮草のお浸し・ミニゼリー	片栗粉・砂糖・米	ウィンナー・鱈 削り粉	キャベツ・生姜 人参・ピーマン・法蓮草	406	14.6
30日	月	ビーフソテー 鶏の唐揚げ甘辛ダしがらめ 野菜サラダ・黄桃缶	片栗粉・ビーフン 砂糖・米	鶏肉・ツナ	玉葱・生姜 にんにく・キャベツ 胡瓜・人参 ピーマン・コーン 枝豆・椎茸・黄桃	406	12.5
31日	火	焼肉炒め・鰯の西京焼き タンポポはんぺん ささみと野菜のサラダ ショコラプチケーキ	砂糖・ショコラプチケーキ 米	豚肉・鰯 鶏肉・味噌・タンポポはんぺん	人参・玉葱 キャベツ・胡瓜 ピーマン・コーン	488	18.3

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。ご飯は愛知・岩手・山形県産の白米を使用しております。

(株) ヤオハルフーズ TEL 0569-24-3678 FAX 0569-26-5589

