

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		
1	水	白菜のコンソメ煮 メンチカツ・キャベツの塩昆布和え フルーツ寒天	寒天・米	メンチカツ・油揚げ	キャベツ・白菜 人参・昆布・黄桃 みかん・パイナップル	392	7.3
2	木	和風スパソテー・小籠包 さつまいもの天ぷら ひじきの煮物・白桃缶	スパゲティ・小籠包 小麦粉・さつまいも 砂糖・米		ひじき・人参 白桃	455	8.5
7	火	中華炒め・照焼きハンバーグ フライドポテト 春雨サラダ・マンゴー缶	砂糖・じゃが芋 春雨・米	ハンバーグ	筍・ピーマン 人参・マンゴー	402	7.0
8	水	ビーフソテー クリーミーコーンコロッケ 焼売・小松菜のお浸し・黄桃缶	ビーフ・クリーミーコーンコロッケ 糖・米 焼売	削り粉	ピーマン・玉葱 黄桃・小松菜・人参	411	7.3
9	木	青梗菜ソテー 野菜コロッケ・赤はんぺん 切干大根の煮物・洋梨缶	野菜コロッケ・米	赤はんぺん	青梗菜・玉葱 切干大根・人参・洋梨	403	7.2
10	金	カレーマカロニソテー チキン南蛮風・厚焼玉子 海藻サラダ・みかん缶	片栗粉・マカロニ 砂糖・カレー粉・米	鶏肉・卵	玉葱・若布 人参・みかん	466	11.3
13	月	野菜炒め・豚コロッケ 青梗菜のお浸し・杏仁豆腐	豚コロッケ・砂糖 杏仁豆腐・米	削り粉	キャベツ・ピーマン 玉葱・青梗菜・人参	362	5.9
14	火	法蓮草とコーンのソテー 磯辺白身フライ・ミートボール 青じそサラダ・ミニゼリー	砂糖・米	磯辺白身フライ ミートボール	キャベツ・法蓮草 コーン・人参	384	8.6
15	水	ナムル・ハムカツ じゃが芋の含め煮 マンゴー缶	胡麻油・じゃが芋 砂糖・米	ハムカツ	小松菜・人参 コーン・いんげん マンゴー	414	7.2
16	木	五目豆・鶏の塩焼き 南瓜の天ぷら 胡瓜のサラダ・洋梨缶	砂糖・小麦粉・米	鶏肉・大豆	人参・枝豆・胡瓜 洋梨・南瓜・コーン	432	11.3
17	金	鶏肉と蓮根の炒め物 カレーコロッケ・マカロニサラダ フルーツ寒天	カレーコロッケ マカロニ・寒天・米	鶏肉	蓮根・グリーンピース みかん・コーン 人参・黄桃・パイナップル	396	6.4
20	月	じゃがいものケチャップ炒め・鶏の磯辺揚げ タンポポはんぺん キャベツと胡瓜のゆかり和え・マンゴー缶	小麦粉・じゃが芋 米	鶏肉・タンポポはんぺん	キャベツ・人参 コーン・グリーンピース あおさ・胡瓜・ゆかり マンゴー	417	10.0
21	火	チャブチェ・蓮根の天ぷら 水餃子・法蓮草のお浸し 白桃缶	春雨・砂糖・小麦粉 水餃子・米	豚肉・削り粉	ピーマン・蓮根 法蓮草・人参・白桃	393	6.8
22	水	塩焼きそば・野菜春巻き 花形豆腐・金平牛蒡 みかん缶	中華麺・春巻き 米	花形豆腐	絹さや・人参・コーン グリーンピース 牛蒡・みかん	391	6.4
23	木	人参と椎茸のソテー つくね・あおさポテト ゴマ風味サラダ・杏仁豆腐	砂糖・じゃが芋 杏仁豆腐・米	つくね	人参・椎茸 あおさ・いんげん・コーン	427	8.2
24	金	マカロニのコンソメ煮 コーンコロッケ・オムレツ ひじきと蓮根のサラダ・黄桃缶	マカロニ・コーンコロッケ 砂糖・胡麻油・米	オムレツ	玉葱・コーン・人参 グリーンピース ひじき・蓮根・黄桃	424	9.4
27	月	法蓮草と玉ねぎの和風炒め 豆腐ナゲット カレーボール・蒟蒻の金平 フルーツミックス	米	豆腐ナゲット カレーボール	法蓮草・玉葱・黄桃 蒟蒻・人参・みかん パイナップル	382	7.5
28	火	ウィンナーとピーマンソテー・イカフライ 切干大根のあおさサラダ 白桃缶	米	ウィンナー・イカフライ	キャベツ・ピーマン 白桃・切干大根 あおさ	384	8.4
29	水	スパソテー・ロースとんかつ 大豆と蒟蒻の煮物 フルーツ寒天	スパゲティ・砂糖 寒天・米	ロースとんかつ・大豆	人参・コーン グリーンピース 黄桃・蒟蒻・みかん パイナップル	430	10.3
30	木	ツナとキャベツのソテー 栗かぼちゃコロッケ 花さつま・春雨の酢の物 ミニゼリー	南瓜コロッケ・春雨 砂糖・胡麻・米	ツナ・花さつま	キャベツ・人参	405	7.1
31	金	枝豆ビーフソテー・ハンバーグ 茄子の天ぷら ブロッコリーのフレンチサラダ・みかん缶	ビーフ・小麦粉 米	ハンバーグ	ブロッコリー・枝豆 茄子・コーン・みかん	417	7.4

★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・東北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

