5月献立表

2019年　　やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【○10時のおやつ】おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
7 火	ご飯 こいのぼりバーグ ブロッコリーとコーンのサラダ すまし汁	牛乳／米／ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ、にんじん、焼のり／ブロッコリー、コーン、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油／油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／牛乳／白玉粉、上新粉、きなこ、砂糖	◎ 牛乳 牛乳 きなこ団子	573(511) 24.8(22.4) 14.7(14.8) 4.9(3.9)
8 水	ご飯 かれいのみそ焼き ほうれん草とツナの和え物 さつまいも汁	牛乳／米／かれい、米みそ、砂糖、酒、みりん風調味料、サラダ油／ほうれんそう、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖／さつまいも、にんじん、カットわかめ、かつお・こんぶだし汁、米みそ／牛乳／ぶた肉、だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、ねぎ、油揚げ、サラダ油、かつおだし汁、米みそ	◎ 牛乳 牛乳 豚汁	655(481) 26.9(22.0) 19.2(18.3) 5.1(3.9)
9 木	ミートソース丼 キャベツとツナのサラダ コーンスープ	牛乳／米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ／キャベツ、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油／コーン、こまつな、水、中華だし、食塩／牛乳／米、とりもも、ごぼう、にんじん、干ししいたけ、こんにゃく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒	◎ 牛乳 牛乳 五目ごはん	606(536) 24.3(22.0) 18.4(17.8) 4.2(3.2)
10 金	ご飯 鶏つくねの照り焼き 刻み昆布の旨煮 なめこ汁	牛乳／米／とり肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒／刻みこんぶ、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖／なめこ、はくさい、ぶた肉、ねぎ、かつお・こんぶだし汁、米みそ／牛乳／米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、ごま油、しょうゆ、食塩	◎ 牛乳 牛乳 チャーハン風	622(542) 28.8(25.3) 19.4(17.9) 5.6(4.3)
11 土	鶏肉の塩焼き丼 大根ときゅうりの和え物 みそ汁	牛乳／米、とりもも、にんじん、中華だし、食塩、酒、砂糖、サラダ油、片栗粉、きざみのり／切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖／油揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ／麦茶／オレンジジュース、水、みかん、アガー、砂糖	◎ 牛乳 麦茶 オレンジゼリー	607(532) 26.6(24.3) 21.2(20.7) 4.8(3.8)
13 月	ご飯 さばの竜田揚げ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳／米／さば、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、サラダ油／こまつな、コーン、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢／油揚げ、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／麦茶／米、ひじき、とり肉、油揚げ、にんじん、サラダ油、しょうゆ、砂糖、食塩／にぼし、ごま油、あおのり	◎ 牛乳 麦茶 ひじきおにぎり 青のり煮干し	621(533) 26.9(22.7) 18.7(16.6) 3.2(2.5)
14 火	ドライカレー キャベツのおかかサラダ オレンジ	牛乳／米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉／キャベツ、にんじん、かつお節、しょうゆ／オレンジ／牛乳／ビーフン、ぶた肉、赤ピーマン、にら、干ししいたけ、サラダ油、しいたけだし汁、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ	◎ 牛乳 牛乳 五目ビーフン	568(508) 21.8(20.1) 19.5(18.6) 3.7(2.9)
15 水	菜飯 肉じゃが 切干大根の炒り煮 すまし汁	牛乳／米、菜飯／とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒／切り干しだいこん、油揚げ、だいこん(葉)、サラダ油、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料／こまつな、カットわかめ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／牛乳／米、カレー粉、パセリ粉、ぶた肉、マッシュルーム、たまねぎ、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、砂糖、カレー粉	◎ 牛乳 牛乳 おやつキーマライス	613(540) 22.4(20.4) 15.4(15.1) 4.6(3.7)
16 木	味噌そぼろ丼 さつまいもの甘煮 みそ汁	牛乳／米、ぶた肉、にんじん、サラダ油、淡色みそ、砂糖、みりん風調味料、酒、和風だし、水／さつまいも、砂糖、しょうゆ／はくさい、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ／牛乳／みかん、りんご、パイン	◎ 牛乳 牛乳 フルーツカクテル	613(543) 25.4(23.0) 19.0(18.2) 4.4(3.5)
17 金	ご飯 鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーとツナのサラダ 肉団子スープ	牛乳／米／とり肉、なす、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、サラダ油／ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油、にんじん／とり肉、しょうが、ひじき、片栗粉、だいこん(葉)、水、しょうゆ、中華だし／牛乳／じゃがいも、サラダ油、食塩、ケチャップ	◎ 牛乳 牛乳 フライドポテト◎ケチャップ	561(498) 31.1(27.1) 15.8(15.5) 4.1(3.3)
18 土	豚味噌丼 かぼちゃの甘煮 みそ汁	牛乳／米、ぶた肉、酒、食塩、たまねぎ、赤ピーマン、米みそ、砂糖、サラダ油／かぼちゃ、しょうゆ、砂糖／なめこ、こまつな、かつおだし汁、米みそ／麦茶／ももジュース、アガー、砂糖	◎ 牛乳 麦茶 ピーチゼリー	502(450) 12.5(12.9) 15.6(16.2) 4.4(3.4)
20 月	ゆかりご飯 かじきの塩焼き ほうれん草とツナの和え物 みそ汁	牛乳／米、ゆかり／かじき、食塩／ほうれんそう、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖／さつまいも、油揚げ、かつお・こんぶだし汁、米みそ／牛乳／米、しらす干し、ごま油、ねぎ、しょうゆ、削り節／にぼし、ごま油、あおのり	◎ 牛乳 牛乳 じゃこふりかけおにぎり 青のり煮干し	619(548) 31.0(27.3) 18.6(17.9) 3.6(2.9)
21 火	ご飯 から揚げ南蛮 キャベツの塩こんぶ和え 中華スープ	牛乳／米／とり肉、酒、ニンニク、しょうが、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、ねぎ／キャベツ、塩こんぶ、ごま油／こまつな、コーン、水、中華だし、食塩／牛乳／米、とり肉、にんじん、こまつな、かつおだし汁、米みそ、食塩	◎ 牛乳 牛乳 おやつ雑炊	607(539) 30.1(26.7) 15.8(15.7) 3.0(2.4)
22 水	ご飯 ひじきバーグ 小松菜のおかか和え けんちん汁	牛乳／米／ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ／こまつな、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節／ぶた肉、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、さといも、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／牛乳／ビーフン、ぶた肉、たまねぎ、ピーマン、サラダ油、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ、カレー粉	◎ 牛乳 牛乳 カレービーフン	607(536) 26.9(23.9) 21.4(20.0) 5.1(4.0)

5月献立表

2019年　　やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【○10時のおやつ】おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
23 木	野菜あんかけ丼 鶏と油揚げの旨煮 みそ汁	牛乳／米、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油／切り干しだいこん、油揚げ、とり肉、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料／なめこ、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ／牛乳／さつまいも、食塩	◎ 牛乳 牛乳 蒸し芋	591(514) 20.4(18.6) 20.8(19.6) 5.0(3.8)
24 金	ご飯 肉団子の甘酢がけ カリフラワーの人参和え すまし汁	牛乳／米／ぶた肉、たまねぎ、片栗粉、酒、しょうゆ、ひじき、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうが、ごま油、片栗粉／カリフラワー、にんじん、ブロッコリー、サラダ油、酢、砂糖、食塩／みずな、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／牛乳／米、ぶた肉、たまねぎ、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、食塩	◎ 牛乳 牛乳 おやつミートライス	642(565) 25.8(23.1) 21.1(19.9) 3.7(2.9)
25 土	豚塩丼 里芋のそぼろ煮 みそ汁	牛乳／米、ぶた肉、たまねぎ、食塩、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒／とり肉、サラダ油、さといも、しょうゆ、砂糖、ほんだし、水、片栗粉／油揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ、／麦茶／米、かつお節、しょうゆ、みりん風調味料	◎ 牛乳 麦茶 おかかおにぎり	603(548) 18.8(18.3) 19.2(19.1) 2.9(2.3)
27 月	こぎつねご飯 ししゃものカレー揚げ 大根ときゅうりの和え物 すまし汁	牛乳／米、とりもも、油揚げ、にんじん、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒／ししゃも、水、サラダ油、片栗粉、カレー粉／切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖／油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／牛乳／さつまいも、サラダ油、メープルシロップ、砂糖、食塩	◎ 牛乳 牛乳 メープルポテト	610(534) 23.4(21.2) 20.6(19.5) 3.9(3.0)
28 火	フラワーライス 鶏のから揚げ ブロッコリーとツナのサラダ 肉団子スープ	牛乳／米、ぶた肉、たまねぎ、コーン、サラダ油、食塩、ケチャップ、砂糖／とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、片栗粉、サラダ油／ブロッコリー、にんじん、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油／とり肉、しょうが、ひじき、片栗粉、だいこん(葉)、水、しょうゆ、中華だし／牛乳／ぶどうジュース、アガー、砂糖	◎ 牛乳 牛乳 ぶどうゼリー	601(524) 26.7(23.2) 18.5(17.6) 3.4(2.7)
29 水	ドライカレー キャベツとミカンの酢の物 りんご	牛乳／米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉／キャベツ、カットわかめ、みかん、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油／りんご／牛乳／米、ひじき、ツナ、油揚げ、ねぎ、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒	◎ 牛乳 牛乳 ひじきとツナご飯	633(556) 23.0(21.0) 18.8(18.1) 5.3(4.1)
30 木	マーボー春雨丼 さつまいもの甘煮 中華スープ	牛乳／米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、赤ピーマン、はるさめ、干ししいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉／さつまいも、砂糖、しょうゆ／こまつな、コーン、水、中華だし、食塩／牛乳／白玉粉、上新粉、しょうゆ、砂糖	◎ 牛乳 牛乳 しょうゆ団子	624(552) 21.0(19.4) 15.9(15.8) 3.5(2.8)
31 金	ご飯 かみかみみバーグ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳／米／ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、赤ピーマン、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ／こまつな、コーン、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢／えのきたけ、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩／麦茶／さつまいも、サラダ油、食塩、砂糖	◎ 牛乳 麦茶 おさつちっぷ	554(496) 24.5(22.2) 19.0(18.2) 4.8(3.9)

※食材の都合により献立が変更する場合があります。
※園で初めて食べる食材がないようにしてください。