



2024年 5月 給食献立表

御代田町 雪窓保育園

日 曜日	主食	献立名	材 料 名	午前のおやつ 未満児	午後のおやつ
1 水	○	はんぺん磯辺揚げ 塩昆布あえ 豆腐のみそ汁	はんぺん 小麦粉 青のり 油 キャベツ にんじん きゅうり 塩昆布 しょうゆ 酢 豆腐 わかめ にんじん 長ねぎ たまねぎ みそ だし汁	チーズ 野菜ジュース	たまご蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 砂糖 牛乳 油 牛乳
2 木	○	ドライカレー 三色あえ バナナ	鶏ひき肉 豚ひき肉 トマト水煮 たまねぎ じゃが芋 にんじん パプリカ カレールウ ソース ケチャップ にんにく しょうが 油 キャベツ にんじん きゅうり 福神漬	にんじんグラッセ お茶	クラッカーサンド クラッカー チーズ 牛乳
7 火	○	松風焼き 白菜のおかかあえ ちくわのすまし汁	鶏ひき肉 長ねぎ たまねぎ パン粉 牛乳 卵 砂糖 みそ ごま 油 白菜 もやし コーン にんじん かつお節 しょうゆ たまねぎ ねぎ にんじん ちくわ だし汁 しょうゆ 酒	ポテト煮 お茶	ごまのホートロ マカロニ ごま 砂糖 塩 牛乳
8 水	○	グラタン コールスローサラダ オレンジ	マカロニ 油 鶏肉 にんじん たまねぎ ベーコン しめじ 塩 こしょう バター 小麦粉 牛乳 コンソメ パン粉 チーズ パセリ キャベツ きゅうり にんじん セロリ コーン 酢 オリーブ油 塩 こしょう レモン果汁	ゆかりフロccoliー お茶	コーンフレークおこし コーンフレーク マシュマロ バター ごま お茶
9 木	○	ホキの揚げ煮 野菜の三杯酢 豚汁	ホキ 片栗粉 油 砂糖 みりん しょうゆ もやし ほうれん草 ちくわ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ 豆腐 豚肉 ごぼう だいこん にんじん 長ねぎ しょうゆ みそ だし汁	ヨーグルト お茶	ツナトースト 食パン ツナ たまねぎ パセリ マヨネーズ風ドレッシング 牛乳
10 金	×	ミートスパゲッティ 洋風かみかみサラダ メロン	スパゲッティ 油 にんじん 豚ひき肉 たまねぎ 小麦粉 ローリエ ぶどう酒 ケチャップ ウスターソース キャベツ きゅうり セロリ にんじん ごま さきいか(未満児:ツナ) マヨネーズ風ドレッシング	クッキー お茶	パンプキンドーナツ 小麦粉 かぼちゃ スキムミルク ベーキングパウダー 卵 砂糖 油 牛乳
13 月	○	鶏肉の照り焼き もやしのごまあえ わかめスープ	鶏肉 しょうゆ 砂糖 みりん 酒 しょうが もやし キャベツ 小松菜 にんじん ごま しょうゆ 砂糖 わかめ えのき にんじん コンソメ 塩 長ねぎ	せんべい 牛乳	みそだれポテト じゃが芋 油 みそ 砂糖 みりん 牛乳
14 火	○	厚揚げの肉みそあん煮 大根ツナサラダ 小玉すいか	厚揚げ 油 豚ひき肉 しょうが たまねぎ にんじん 小松菜 砂糖 みそ しょうゆ 片栗粉 だいこん にんじん きゅうり ツナ 酢 しょうゆ 砂糖	蒸しかぼちゃ 牛乳	わかめのおむすび ごはん わかめ ごま のり お茶
15 水	○	さけのごまマヨ焼き ひじきの五目煮 小松菜のみそ汁	さけ 塩 こしょう ごま マヨネーズ風ドレッシング ごま 粉チーズ ひじき 豚ひき肉 にんじん さつま揚げ えだまめ 油 砂糖 しょうゆ 酒 だし 小松菜 長ねぎ にんじん たまねぎ だし汁 みそ	オレンジ お茶	肉まんじゅう 豚ひき肉 干しいたけ 長ねぎ しょうが しょうゆ 酒 砂糖 ごま油 片栗粉 小麦粉 重曹 油 砂糖 牛乳
16 木		 <h2 style="display: inline;">親子遠足</h2> 			
おやつは保育園で用意します					
17 金	○	油淋鶏 野菜のさっぱりあえ 春雨スープ	鶏肉 酒 しょうゆ 片栗粉 油 長ねぎ しょうが にんにく 酢 砂糖 ごま油 キャベツ もやし にんじん かつお節 ぼん酢しょうゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん ベーコン 干しいたけ はるさめ 塩 しょうゆ 鶏がらだし	粉ふき芋 牛乳	フルーツヨーグルト ヨーグルト みかん パイナップル バナナ もも お茶

日 曜日	主食	献立名	材料名	午前のおやつ 未満児	午後のおやつ
20 月	○	鶏ささみのレモン漬け トマトのスパゲッティサラダ 白菜としめじの豆乳スープ	鶏肉 油 酒 塩 こしょう 片栗粉 しょうゆ 砂糖 レモン果汁 スパゲッティ きゅうり キャベツ トマト ツナ しょうゆ オリーブ油 にんにく 白菜 たまねぎ しめじ ベーコン 豆乳 コンソメ	ウエハース お茶	お好み焼き キャベツ 小麦粉 卵 長ねぎ さくらえび 油 中濃ソース かつお節 マヨネーズ風ドレッシング あおのり 牛乳
21 火	○	高野豆腐のそぼろ煮 キャベツとチーズのサラダ メロン	鶏ひき肉 高野豆腐 じゃが芋 にんじん たまねぎ さやいんげん 干しいたけ だし汁 しょうゆ 砂糖 酒 しらす干し チーズ にんじん キャベツ きゅうり 酢 しょうゆ 砂糖	卵ボーロ お茶	コンコンブル 小麦粉 砂糖 塩 ドライイースト ごま 有塩バター 牛乳
22 水	○	さばとたまねぎのみそ煮 磯香あえ 麩のすまし汁	さば たまねぎ しょうが みそ みりん 砂糖 酒 しょうゆ キャベツ きゅうり にんじん しょうゆ のり マヨネーズ風ドレッシング えのき 長ねぎ にんじん 麩 たまねぎ 酒 だし汁 しょうゆ	豆腐 お茶	きなこ揚げパン コッペパン 油 きな粉 砂糖 塩 牛乳
23 木	○	五目卵焼き 納豆あえ キャベツと油揚げのみそ汁	卵 鶏ひき肉 たまねぎ ひじき にんじん 干しいたけ 豆腐 しょうゆ 砂糖 塩 納豆 小松菜 にんじん しらす干し えのき しょうゆ かつお節 キャベツ たまねぎ 油揚げ きぬさや みそ だし汁	ゆかりポテト お茶	ココア蒸しケーキ 卵 砂糖 牛乳 クリーム 油 小麦粉 ココア ベーキングパウダー 牛乳
24 金	×	ジャージャーうどん 鶏ときゅうりのたたきあえ オレンジ	うどん 豚ひき肉 鶏ひき肉 にんにく しょうが たけのこ たまねぎ にんじん ごま油 テンメンジャン みそ みりん しょうゆ 砂糖 片栗粉 オイスターソース もやし きゅうり 鶏ささみ キャベツ にんじん 塩 ごま ごま油 酢	ふかし芋 牛乳	クッキー 小麦粉 砂糖 バター ベーキングパウダー 卵 牛乳
27 月	○	キャベツと豚肉のみそ炒め 春雨サラダ バナナ	豚肉 キャベツ ピーマン 長ねぎ にんにく しょうが 油 みそ 酒 しょうゆ 砂糖 はるさめ ハム 錦糸卵 きゅうり マヨネーズ風ドレッシング 酢 しょうゆ	にんじんグラッセ お茶	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 砂糖 チーズ しょうゆ 牛乳
28 火	○	豆腐とエビのケチャップ煮 コーンサラダ オレンジ	豆腐 豚ひき肉 えび 長ねぎ にんじん チンゲン菜 たまねぎ にんにく しょうが 油 砂糖 しょうゆ トマト水煮 ケチャップ 塩 片栗粉 コーン キャベツ たまねぎ にんじん ごま 酢 しょうゆ	ビスケット お茶	きな粉マフィン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 卵 牛乳 きな粉 牛乳
29 水	○	たらフライ 小松菜と高野豆腐の お浸し じゃが芋のみそ汁	たら 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油 中濃ソース 小松菜 もやし にんじん しらす干し えのき 高野豆腐 しょうゆ かつお節 じゃが芋 にんじん 長ねぎ ワカメ たまねぎ みそ だし汁	かぼちゃ煮 お茶	カルシウムトースト 食パン しらす干し チーズ あおのり 牛乳
30 木	○	親子煮 もやしと油揚げのサラダ 小玉すいか	鶏肉 チンゲン菜 たまねぎ にんじん 卵 砂糖 しょうゆ 酒 みりん もやし きゅうり にんじん 油揚げ 砂糖 しょうゆ ごま油 酢	りんごゼリー お茶	ぜんべい 飲むヨーグルト
31 金	○	ハンバーグトマトソース キャベツツナサラダ きのこスープ	豚ひき肉 鶏ひき肉 パン粉 牛乳 卵 たまねぎ こしょう 油 たまねぎ にんにく トマト ウスターソース トマトケチャップ ぶどう酒 塩 キャベツ ツナ もやし にんじん オリーブ油 酢 しょうゆ 砂糖 塩 こしょう ベーコン エリンギ えのき 干しいたけ 長ねぎ にんじん 鶏がらだし 塩 こしょう	バナナ 牛乳	ケーキ 未満児：ゼリー お茶

☆材料、行事の都合により変更する場合があります
 今月の平均栄養成分 エネルギー392kcal たんぱく質21g 脂質18.0g 食塩1.7g