

真覚寺保育園 2020年5月給食予定献立表

アレルギー表示

■小麦 *そば ●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに

提出日	確定日	承認印	備考

行事	日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)	
				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	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
こどもの日献立	1	金	ごはん 照焼ハンバーグ ほうれん草とささみのサラダ スープ	▲/■ハンバーグ 鶏ささみ	ほうれん草・人参・コーン 玉ねぎ・人参・ドライパセリ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 卵なしマヨネーズ・砂糖	■醤油・本みりん・料理酒 ■醤油 ■チキンコンソメ	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	お好み焼 お茶	■お好み焼 ▲お茶
	2	土	ツナとチンゲン菜のスパゲティ キャベツのサラダ 中華スープ	ツナフレック	玉ねぎ・チンゲン菜・しめじ キャベツ・人参・きゅうり わかめ・緑豆もやし・玉ねぎ	■スパゲティ・油 油・砂糖	中華だし・料理酒・塩・■醤油 酢・■醤油 中華だし・■醤油・塩	ウエハース 牛乳	■/▲マンナウエハース ▲牛乳	せんべい(ぼたぼた焼) 牛乳	■ぼたぼた焼 ▲牛乳
	7	木	ハヤシライス マカロニサラダ デザート(白桃ゼリー)	牛肉・牛肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー・人参・コーン	油・米(国産) ■マカロニ・卵なしマヨネーズ ももゼリー	■ハヤシフレック	ベイビービスケット 牛乳	■たべっ子ベイビービスケット ▲牛乳	ココアホットケーキ 牛乳	■ココアホットケーキ ▲牛乳
	8	金	ごはん サバの塩焼 切干大根と鶏肉の煮物 味噌汁	さば 鶏肉 豆腐・赤みそ	切干大根・人参・干しいたけ・さやいんげん 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産) 油 砂糖	塩 だし・■醤油・料理酒 だし	一口ゼリー 牛乳	一口ゼリー ▲牛乳	ゆかりおにぎり お茶	米(国産)・ゆかり お茶
	9	土	豚 丼 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	豚肉 かつお節 赤みそ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ・人参 玉ねぎ・わかめ	砂糖・米(国産) 砂糖 ■おつゆ麩	だし・■醤油・■醤油・本みりん だし・■醤油 だし	ウエハース 牛乳	■/▲マンナウエハース ▲牛乳	ソフトサラダ 牛乳	ソフトサラダせんべい ▲牛乳
	11	月	ごはん サケのレモン風味焼 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	さけ 凍り豆腐・●卵 赤みそ	レモン果汁 玉ねぎ・人参・しめじ かぼちゃ・玉ねぎ・小松菜	米(国産) 砂糖 砂糖	■醤油・本みりん・料理酒 ■醤油・本みりん・だし だし	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	ビスケット(シガーフライ) 牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
	12	火	ごはん タンドリーチキン キャベツとチンゲン菜のサラダ スープ	鶏肉・▲ヨーグルト	にんにく・しょうが チンゲン菜・キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・人参・わかめ	米(国産) 油 卵なしマヨネーズ	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ ■チキンコンソメ	マンナビスケット 牛乳	■/▲マンナビスケット ▲牛乳	もちもち豆腐マフィン 牛乳	■もちもち豆腐マフィン ▲牛乳
	13	水	ごはん 豚肉の生姜炒め キャベツと胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	豚肉・豚肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・しょうが キャベツ・きゅうり・人参・■塩昆布 ほうれん草・人参	米(国産) 油・砂糖	中華だし・■醤油・本みりん だし	チーズ お茶	▲チーズ お茶	マリービスケット 牛乳	■/▲マリービスケット ▲牛乳
	14	木	麦入りごはん 白身魚の天ぷら かぼちゃの煮物 豚 汁	ホキ 豚肉・赤みそ	かぼちゃ 大根・ごぼう・人参・青ねぎ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・油 砂糖 つきごんにゃく	料理酒・塩 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	ベイビービスケット 牛乳	■たべっ子ベイビービスケット ▲牛乳	チーズスティック 牛乳	■/▲チーズスティック ▲牛乳
	15	金	豆ご飯 鶏肉の照焼 切干大根のハリハリ和え 味噌汁	鶏肉 ちくわ 赤みそ	えんどう豆・だし昆布 切干大根・きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ・えのきだけ	米(国産) 砂糖・油 調合ごま油・砂糖・白ごま	塩・料理酒 ■醤油・本みりん ■醤油・酢・本みりん だし	ウエハース 牛乳	■/▲マンナウエハース ▲牛乳	ごまごまクッキー 牛乳	■ごまごまクッキー ▲牛乳
	16	土	ちゃんぽんうどん もやしのごま和え フルーツ(オレンジ)	豚肉・ミニさつま揚げスライス	キャベツ・玉ねぎ・人参・干しいたけ・青ねぎ きゅうり・緑豆もやし・人参 オレンジ	■うどん・でん粉 白ごま・白ごま・砂糖	だし・■醤油・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	ビスコ 牛乳	■/▲ビスコ ▲牛乳
	18	月	ごはん サーモンの塩こうじ焼 じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁	ピンクサーモン 鶏ひき肉 赤みそ	人参・グリーンピース・しょうが 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産) 油 油・じゃが芋・砂糖・でん粉 ■おつゆ麩	塩こうじ ■醤油・料理酒 だし	一口ゼリー 牛乳	一口ゼリー ▲牛乳	焼おにぎり お茶	米(国産)・油・■醤油・本みりん お茶
	19	火	麦入りごはん 鶏肉の竜田揚げ チンゲン菜の和え物 かき玉汁	鶏肉 ●卵・豆腐	にんにく・しょうが チンゲン菜・白菜・人参 玉ねぎ・人参・わかめ	米(国産)・押麦 でん粉・油 砂糖	■醤油・料理酒・本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・塩	マンナビスケット 牛乳	■/▲マンナビスケット ▲牛乳	せんべい(ぼたぼた焼) 牛乳	■ぼたぼた焼 ▲牛乳
お誕生会 メニュー	20	水	ツナピラフ ミートローフ ゆでブロッコリー スープ 野菜と果物のゼリー	ツナフレック 牛豚ひき肉・豆腐	玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ 玉ねぎ・ミックスベジタブル ブロッコリー キャベツ・しめじ	油・米(国産) 油・■パン粉・砂糖 卵なしマヨネーズ じゃが芋 野菜と果物ゼリー	■チキンコンソメ・塩 塩・トマトケチャップ・ウスターソース 塩 ■チキンコンソメ	チーズ お茶	▲チーズ お茶	お誕生会ケーキ 牛乳	■お誕生会ケーキ ▲牛乳
	21	木	ごはん サバの煮付 ほうれん草とささみの和え物 味噌汁	さば 鶏ささみ 赤みそ	しょうが ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・青ねぎ	米(国産) 砂糖 砂糖	だし・本みりん・■醤油 だし・■醤油 だし	ウエハース 牛乳	■/▲マンナウエハース ▲牛乳	小豆いろいろ お茶	上新粉・■小麦粉・砂糖・ゆで小豆 お茶
	22	金	ごはん 豚肉のケチャップ炒め スパゲティサラダ スープ	豚肉・豚肉 ツナフレック	玉ねぎ・赤パプリカ・しめじ きゅうり・人参・コーン キャベツ・人参	米(国産) 油・砂糖 ■スパゲティ・卵なしマヨネーズ さつま芋	中華だし・トマトケチャップ ■チキンコンソメ	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	ミニアスパラガス 牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳
	23	土	中華丼 ほうれん草ともやしのおかず わかめスープ	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ ほうれん草・緑豆もやし・人参 わかめ・大根・青ねぎ	油・でん粉・米(国産) 砂糖	中華だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油 中華だし・■醤油・塩	ベイビービスケット 牛乳	■たべっ子ベイビービスケット ▲牛乳	マリービスケット 牛乳	■/▲マリービスケット ▲牛乳
	25	月	麦入りごはん 鶏肉の南部焼 小松菜の彩和え 味噌汁	鶏肉 ●卵 赤みそ	小松菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油・砂糖・黒ごま 油・砂糖 さつま芋	■醤油・本みりん だし・■醤油 だし	マンナビスケット 牛乳	■/▲マンナビスケット ▲牛乳	カルピスりんごゼリー 牛乳	■カルピスりんごゼリー ▲牛乳
	26	火	ごはん アジフライ ひじきとさつま揚げの煮物 味噌汁	あじ ミニさつま揚げスライス 赤みそ	ひじき・しめじ・人参・グリーンピース ほうれん草・玉ねぎ・人参	米(国産) ■小麦粉・■パン粉・油 砂糖・調合ごま油	塩 だし・■醤油・料理酒 だし	一口ゼリー 牛乳	一口ゼリー ▲牛乳	ソフトサラダ 牛乳	ソフトサラダせんべい ▲牛乳
	27	水	ごはん 家常豆腐 焼かぼちゃ 中華スープ	豚肉・豚肉・生揚げ・赤だしみそ	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン・にんにく・しょうが かぼちゃ 人参・緑豆もやし・玉ねぎ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 油	■醤油・料理酒・中華だし 塩 中華だし・■醤油・塩	チーズ お茶	▲チーズ お茶	きなこマカロニ 牛乳	■マカロニ・きな粉・砂糖・塩 ▲牛乳
	28	木	チキンカレー ビーンズサラダ フルーツ(オレンジ)	鶏肉 大豆	玉ねぎ・人参 きゅうり・人参・コーン オレンジ	じゃが芋・油・米(国産) 卵なしマヨネーズ	■/▲カレーウ ■醤油	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	エースコインビスケット 牛乳	■/▲エースコイン ▲牛乳
	29	金	ごはん 白身魚の味噌マヨドし焼 豚肉と大根の煮物 すまし汁	ホキ・赤みそ 豚肉	大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・えのきだけ・わかめ	米(国産) 油・卵なしマヨネーズ 油・砂糖	塩 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油・塩	ベイビービスケット 牛乳	■たべっ子ベイビービスケット ▲牛乳	黒糖ハニーカスター 牛乳	■黒糖ハニーカスター ▲牛乳
	30	土	焼そば ナムル 味噌汁	豚肉・かつお節 赤みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン 緑豆もやし・ほうれん草・人参 しめじ	■中華麺・油・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 ■おつゆ麩・さつま芋	料理酒・■お好み焼ソース・とんかつソース ■醤油 だし	ウエハース 牛乳	■/▲マンナウエハース ▲牛乳	ミニアスパラガス 牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳

★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。