



5月 献立表



令和6年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 水	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の旨煮 もやしのサラダ グレープフルーツ	プリン クラッカー	味噌 鶏肉 厚揚げ 牛乳	米 片栗粉 砂糖 油 プリンの素 クラッカー	干しいたけ 白菜 しめじ ほうれん草 昆布 大根 人参 もやし チンゲン菜 グレープフルーツ	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢
2 木	【立夏 こどもの日】赤飯 すまし汁 ハンバーグ マカロニサラダ オレンジ	マーブル蒸しパン 牛乳	大豆 豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 もち米 ごま パン粉 片栗粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ キャベツ 長ねぎ わかめ 昆布 玉ねぎ きゅうり 人参 オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 中濃ソース ベーキングパウダー ココア
7 火	ご飯 味噌汁 五目玉子焼き トマトドレッシングサラダ チーズ	シュガーパイ 牛乳	油揚げ 味噌 鶏卵 干しえび チーズ 牛乳	米 さつま芋 砂糖 バイシ ト グラニュー糖	干しいたけ 昆布 玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ 切干大根	水 こいくちしょうゆ 塩 トマトドレッシング
8 水	ご飯 味噌汁 たらの香味焼き ブロッコリーの和え物 パナナ	ポップコーン 牛乳	味噌 たら 牛乳	米 小切麩 ごま ごま油 ポップコーン 油	干しいたけ えのき茸 小松菜 昆布 万能ねぎ ブロッコリー もやし 人参 パナナ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩
9 木	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ キャベツサラダ オレンジ	ゆかりおにぎり 小魚	味噌 いわしの煮つけ 煮干し	米 ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 切干大根 人参 ほうれん草 昆布 キャベツ きゅうり コーン オレンジ ゆかり	水 塩
10 金	ハヤシライス 大根のサラダ バイナップル	マッシュマロおこし 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 コーンフレーク マッシュマロ	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ 大根 パプリカ バイナップル	水 ハヤシベース 穀物酢 塩
13 月	ご飯 味噌汁 鶏肉の磯辺焼き さつま芋サラダ チーズ	中華風カステラ 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 鶏卵 牛乳	米 さつま芋 油 砂糖 無塩バター 薄力粉	干しいたけ 玉ねぎ チンゲン菜 昆布 焼きのり 人参 レーズン ハセリ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 穀物酢 塩 ベーキングパウダー
14 火	焼きそば 中華スープ 中華ドレッシング和え オレンジ	ぶどうゼリー クラッカー	豚肉	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 クラッカー	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり しめじ わかめ 白菜 チンゲン菜 コーン オレンジ ぶどうジュース アガー	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 穀物酢
15 水	ご飯 すまし汁 鶏肉の照り焼き ごぼうのきんぴら パナナ	いちご蒸しパン 牛乳	木綿豆腐 鶏肉 さつま揚げ 牛乳	米 ごま油 ごま 薄力粉 砂糖 油 いちごジャム	干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 ごぼう しらたき 人参 さやいんげん パナナ	水 塩 こいくちしょうゆ 万能つゆ みりん ベーキングパウダー
16 木	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 白菜の塩こうじドレッシングサラダ バイナップル	ココアクッキー 牛乳	高野豆腐 味噌 豚肉 鶏卵 牛乳	米 油 塩こうじ 砂糖 無塩バター 薄力粉	干しいたけ 南瓜 えのき茸 昆布 玉ねぎ しょうが 白菜 人参 きゅうり バイナップル	水 料理酒 万能つゆ 穀物酢 ココア
17 金	雑穀ご飯 ドライカレー 人参ドレッシングサラダ ゼリー(グレープフルーツ味)	チーズ蒸しパン 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 もちきび 黒米 油 グレープフルーツゼリーの素 薄力粉 砂糖	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ	水 カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 人参ドレッシング ベーキングパウダー
20 月	【小満】わかめご飯 味噌汁 ちくわの磯辺揚げ 納豆和え グレープフルーツ	スイートパンブキン 牛乳	味噌 焼き竹輪 納豆 スキムミルク 牛乳	米 小切麩 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 無塩バター	わかめご飯の素 干しいたけ 切干大根 万能ねぎ 昆布 青のり キャベツ 人参 チンゲン菜 グレープフルーツ 南瓜	水 こいくちしょうゆ
21 火	タコライス コンソメスープ 小松菜とツナのサラダ パナナ	いちごプリン ウエハース	豚肉 チーズ かつおフレーク 牛乳	米 油 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ いちごプリンの素 ウエハース	にんにく キャベツ トマト コーン ハセリ 小松菜 きゅうり 人参 パナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩
22 水	ミートソースパゲティ コンソメスープ チンゲン菜サラダ ジョア	マーメレードマフィン 牛乳	豚肉 ジョア 鶏卵 牛乳	スバゲティ 油 砂糖 無塩バター 薄力粉 マーメレード	玉ねぎ えのき茸 ほうれん草 チンゲン菜 もやし 人参	トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水 穀物酢 ベーキングパウダー
23 木	麦ご飯 根菜汁 かれの味噌焼き 鶏ささみと野菜のごま和え チーズ	ふりかけおにぎり 小魚	かれの味噌 鶏肉 チーズ ふりかけかつお 煮干し	米 押し麦 ごま油 里芋 砂糖 ごま	ごぼう 大根 人参 長ねぎ 干しいたけ 昆布 白菜 きゅうり	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒
24 金	ご飯 味噌汁 ひじき入り玉子焼き はりはり漬け バイナップル	ジャムサンドクラッカー 牛乳	味噌 鶏卵 鶏肉 牛乳	米 油 砂糖 マーメレード クラッカー	干しいたけ 南瓜 しめじ 万能ねぎ 昆布 ひじき 玉ねぎ 人参 切干大根 小松菜 バイナップル	水 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢
27 月	ご飯 味噌汁 さばの塩焼き さつま芋の鶏そぼろ煮 グレープフルーツ	パウンドケーキ 牛乳	味噌 さば 鶏肉 鶏卵 牛乳	米 さつま芋 片栗粉 無塩バター 薄力粉 砂糖	干しいたけ 大根 長ねぎ わかめ 昆布 人参 グリンピース グレープフルーツ	水 塩 料理酒 万能つゆ ベーキングパウダー
28 火	丸パン コンソメスープ 鶏肉のマーメレード焼き ブロッコリーサラダ オレンジ	五平餅 小魚	鶏肉 味噌 煮干し	丸パン マーメレード 油 砂糖 米 ごま	人参 コーン 小松菜 ブロッコリー キャベツ パプリカ オレンジ	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 みりん
29 水	ご飯 味噌汁 豚肉のすき焼き風煮 ほうれん草としらすの梅和え パナナ	クッキー 牛乳	味噌 豚肉 焼き豆腐 しらす 鶏卵 牛乳	米 じゃが芋 片栗粉 砂糖 薄力粉 無塩バター	干しいたけ なめこ 万能ねぎ 昆布 白菜 しらたき グリンピース ほうれん草 大根 ねりうめ パナナ	水 万能つゆ
30 木	ご飯 ベーコンと野菜のスープ コロケツ やみつきキャベツ バイナップル	キャロット蒸しパン 牛乳	ベーコン 牛乳	米 コロケツ 油 片栗粉 ごま ごま油 薄力粉 砂糖	人参 玉ねぎ セロリ キャベツ きゅうり 焼きのり バイナップル	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース ベーキングパウダー
31 金	ふりかけご飯 味噌汁 かぼちゃ入り玉子焼き 甘酢和え オレンジ	ジャムヨーグルト ウエハース	ふりかけかつお 厚揚げ 味噌 鶏卵 鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	米 油 砂糖 ウエハース	干しいたけ 大根 えのき茸 昆布 玉ねぎ 南瓜 白菜 人参 きゅうり オレンジ りんごソース	水 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	566	19.8	15.7	270	1.6
幼児 平均量	565	20.8	16.9	272	1.5
乳児 目標量	462	16.2	12.8	225	1.5
乳児 平均量	446	16.2	13.2	215	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。