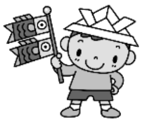

２０２３年　５月度　段上幼稚園メニュー

＜アレルギー表示　●卵（→アレルギー対応方法）＞　＊そばの入った食材は使用しておりません。

＊ちくわ・ウインナーは卵・乳成分が含まれていない製品を使用しております

今月の旬の食材は　5/19(金)　筍ごはんです。

★の日はお楽しみメニュー

日	曜日	献立名	材料 黄◇　カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇　血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇　からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	食器
8	月	ポークコロッケ マカロニサラダ 麦入りごはん 具だくさんスープ 牛乳・いりこ	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	ウインナー 牛乳・いりこ	ブロッコリー・コーン わかめ・人参・玉ねぎ・大根	コロッケ・中濃ソース 塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
10	水	カレーライス 和風サラダ ぶどうかん 牛乳・いりこ	米(国産)・じゃが芋・油 油・砂糖 砂糖	豚肉 ちくわ 牛乳・いりこ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ・レモン果汁 寒天・ぶどうジュース	カレーフレーク・トマトケチャップ・ウスターソース 醤油 麦茶	絵皿 小皿
12	金	醤油ラーメン 中華ポテト フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	ラーメン・油 さつま芋・油・砂糖	豚肉・さつま揚げ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・ほうれん草 バナナ	塩・丸鶏がらスープ・減塩醤油ラーメンスープ 麦茶	丼 小皿
15	月	ハンバーグ ミックスサラダ ロールパン 具だくさスープ 牛乳・いりこ	油 油・砂糖 ロールパン じゃが芋	ハンバーグ ちくわ 牛乳・いりこ	わかめ・大根 玉ねぎ・白菜・人参	トマトケチャップ・ウスターソース 醤油・酢 チキンコンソメ	絵皿 椀
★17	水	鶏肉の唐揚げ ツナサラダ コーンピラフ スープ マスカットゼリー 牛乳・いりこ	でん粉・油 玉ねぎドレッシング 米(国産)・油 マスカットゼリー	鶏肉 ツナフレーク 牛乳・いりこ	しょうが ブロッコリー・キャベツ コーン・人参・玉ねぎ 小松菜・緑豆もやし	醤油・料理酒 チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ 麦茶	絵皿 椀
19	金	アジの煮付け 白菜とほうれん草のお浸し 筍ごはん すまし汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	砂糖 米(国産) 花麸	あじ 油揚げ 牛乳・いりこ	しょうが 白菜・ほうれん草 たけのこ・人参 大根 オレンジ	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・料理酒・だし だし・醤油・塩 麦茶	絵皿 椀
22	月	白身魚フライ ポテトサラダ 麦入りごはん 味噌汁 牛乳・いりこ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	白身魚フライ 油揚げ・合わせみそ 牛乳・いりこ	ブロッコリー・赤パプリカ 人参・玉ねぎ・小松菜	中濃ソース 塩 だし 麦茶	絵皿 椀
24	水	高野豆腐のそぼろ丼 大根の昆布和え 味噌汁 フルーツ（バナナ） 牛乳・いりこ	米(国産)・油・砂糖・でん粉	凍り豆腐・鶏ひき肉・大豆ミンチ 合わせみそ 牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん 大根・きゅうり・塩昆布 わかめ・緑豆もやし バナナ	醤油・料理酒・和風だし だし 麦茶	丼 小皿 椀
26	金	あんかけうどん アスパラと白菜のごま和え フルーツ（オレンジ） 牛乳・かみかみこんぶ	うどん・でん粉 白ごま	豚肉・さつま揚げ 牛乳	ほうれん草・玉ねぎ・人参・しめじ グリーンアスパラガス・白菜 オレンジ かみかみこんぶ	だし・白だし・塩 醤油・本みりん・だし 麦茶	丼 小皿
29	月	クルルのおさつクリームシチュー ハムカツ グリーンサラダ ロールパン 牛乳・いりこ	さつま芋・油・マカロニ 油 マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン	鶏肉・牛乳 ハムカツ 牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・グリンピース ブロッコリー・さやいんげん・キャベツ	クリームシチューミックス 青じそドレッシング	丼 絵皿
31	水	すき焼き煮 ちくわの磯辺揚 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ（オレンジ） 牛乳・いりこ	つきこんにゃく・油・砂糖 小麦粉・油 米(国産)・押麦	牛肉・焼豆腐 ちくわ 合わせみそ 牛乳・いりこ	白菜・玉ねぎ・人参・ごぼう あおさのり キャベツ・しめじ オレンジ	だし・醤油・本みりん だし 麦茶	絵皿 小皿 椀

＊材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

平均栄養価	エネルギー446Kcal　タンパク質16.0ｇ 脂質13.8ｇ　カルシウム210mg