



昼食

平成30年5月29日発行
せいしん、第二せいしん幼稚園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	おやつ	
1	15	金	炊き込み御飯 ちくわの天ぷら きゃべつのごま和え わかめのみそ汁	米、鶏肉、ごぼう、にんじん、油揚げ、板こんにゃく、昆布だし汁、食塩、薄口、酒 ちくわ(卵、魚)、てんぷら粉、油 キャベツ、にんじん、いんげん、すりごま、顆粒だし(魚)、濃口、砂糖 わかめ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 バナナ	和風ミルクぶりん 牛乳、ゼラチン(牛肉)、砂糖、黒糖
2	16	土	御飯 牛肉と大豆のトマト煮 コーンサラダ コンソメスープ	米 牛肉、大豆、たまねぎ、酒、油、トマト缶、トマトジュース、ケチャップ、コンソメ(牛肉)、砂糖、食塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、青じそドレ(魚) たまねぎ、にんじん、キャベツ、ベーコン、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口	せんべい(魚)	せんべい
4	18	月	御飯 魚の若狭焼き 高野豆腐のたまごとし 小松菜のみそ汁	米 さけ、薄口、酒、本みりん 凍り豆腐、にんじん、油揚げ、グリーンピース、卵、昆布だし汁、砂糖、濃口、薄口、食塩 こまつな、にんじん、昆布だし汁、あわせ味噌	りんごジュース チュロッキー ホットケーキ粉、てんぷら粉、豆腐、マーガリン 豆乳、砂糖、レモン果汁、油	牛乳 粉ふきいも じゃがいも、マーガリン、パセリ粉、食塩
5	19	火	カレーライス ハムサラダ かぼちゃのフライ	米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ、ケチャップ キャベツ、にんじん、きゅうり、ハム、焙煎ごまドレ(卵、ごま) かぼちゃ、パン粉、小麦粉、油	牛乳 ドーナツ(卵、乳)	ももヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、もも缶
6	20	水	御飯 鶏肉の照り焼き 大豆とひじき煮 きのこのみそ汁	米 鶏肉、しょうが、濃口、砂糖、本みりん 大豆、油揚げ、ひじき、にんじん、昆布だし汁、酒、砂糖、食塩、薄口、濃口 しめじ、えのき、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	野菜と果物のもちもちゼリー にんじん、オレンジ濃縮果汁、ゼラチン(牛肉)、砂糖	牛乳 セサミトースト 食パン(乳)、すりごま、マーガリン、砂糖
7	21	木	御飯 豆腐の中華煮 もやしの酢の物 中華風コンソメスープ	米 木綿豆腐、キャベツ、にんじん、しめじ、豚肉、葉ねぎ、がら味(牛肉)、砂糖、食塩、薄口、片栗粉 緑豆もやし、きゅうり、わかめ、酢、本みりん、食塩、砂糖、薄口 たまねぎ、にんじん、クリームコーン、レタス、がら味(牛肉)、薄口、食塩	牛乳 ピザトースト 食パン(乳)、シュレッドチーズ(乳) ウインナー、コーン、ケチャップ	パパロア パパロアの素(乳、牛肉)、牛乳
8	22	金	御飯 魚のごま味噌焼き ほうれん草の和え物 麩のすまし汁	米 さわら、すりごま、あわせ味噌、白みそ、砂糖、本みりん、酒、濃口 ほうれん草、にんじん、しめじ、えのき、顆粒だし(魚)、濃口、薄口、砂糖 たまねぎ、焼ふ、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、薄口、酒	プリン 牛乳、プリンの素(乳)	牛乳 野菜チップ じゃがいも、れんこん、油、食塩
9	23	土	御飯 鶏肉の唐揚げ じゃこサラダ 大根のみそ汁	米 鶏肉、濃口、酒、片栗粉、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、しらす干し、わかめ、青じそドレ(魚) だいこん、油揚げ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	ポテト フレンチフライポテト	さつまいもきんとん さつまいも、豆乳、砂糖、食塩
11	25	月	ミートスパゲティ 切り干し大根のサラダ オニオンスープ 25日 梅ジュース【3~5歳児】	スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、油、ケチャップ トマト缶、トマトジュース、砂糖、食塩、コンソメ(牛肉) 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ハム、酢、砂糖、濃口、油 たまねぎ、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口 梅シロップ	牛乳 かぼちゃのいとこ煮 かぼちゃ、小豆、砂糖、濃口	牛乳 ジャーマンポテト じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ウインナー 食塩、油、コンソメ(牛肉)
12	26	火	御飯 ホイコーロー かに玉 青菜スープ	米 豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、酒、油、がら味(牛肉)、砂糖、本みりん、濃口、あわせ味噌 卵、かにかま(卵、魚)、グリーンピース、食塩、砂糖、濃口、薄口、酢、ケチャップ、がら味(牛肉)、片栗粉 チンゲンサイ、にんじん、がら味(牛肉)、食塩、薄口	みかんヨーグルト ヨーグルト(乳)、砂糖、みかん缶	牛乳 梅ジャムとクラッカー クラッカー、梅、砂糖
13	27	水	御飯 魚の煮付け ブロッコリーとコーンのソテー かぼちゃのみそ汁	米 かれい、しょうが、酒、本みりん、砂糖、濃口 ブロッコリー、にんじん、コーン、ウインナー、食塩、がら味(牛肉)、油 かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 さつまいもとりんごの甘煮 さつまいも、りんご、砂糖、濃口	梅ゼリー 粉かんとん、梅シロップ
14	28	木	御飯 鶏肉の南蛮漬け ひじきの和え物 なすのみそ汁	米 鶏肉、片栗粉、油、たまねぎ、ピーマン、薄口、砂糖、酢、昆布だし汁 ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、ほうれん草、顆粒だし(魚)、砂糖、薄口、濃口 なす、油揚げ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	牛乳 ラスク 食パン(乳)、マーガリン、砂糖	枝豆 【1.2歳児はさつまいも】 チーズ チーズ(乳)
29	金		御飯 魚の天ぷら きゃべつのごま和え わかめのみそ汁	米 たら、てんぷら粉、顆粒だし(魚)、薄口、油 キャベツ、にんじん、いんげん、すりごま、顆粒だし(魚)、濃口、砂糖 わかめ、たまねぎ、葉ねぎ、昆布だし汁、あわせ味噌	/	牛乳 水無月風蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、小豆
30	土		御飯 ポークケチャップ 豆サラダ 野菜スープ	米 豚肉、たまねぎ、しめじ、油、ケチャップ、食塩、酒、砂糖 キャベツ、にんじん、きゅうり、ミックス豆、ごま醤油ドレ(ごま) だいこん、にんじん、ブロッコリー、コンソメ(牛肉)、食塩、薄口	/	きな粉マカロニ マカロニ、きな粉、砂糖、食塩

エネルギー: 570kcal(昼食+おやつ・3~5歳児 月平均)
402kcal(" 1・2歳児 ")
たんぱく質 : 23.8g(昼食+おやつ・3~5歳児 月平均)
16.8g(" 1・2歳児 ")

- 食材横の()は含まれるアレルギーを表示しています。
- 給食の材料等の都合により、献立内容が変更される場合がありますが、ご了承ください。