

# 献立表

2018年05月

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物	幼稚園 給食提供 有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 火	ゆかりご飯 ポトフ ツナサラダ	油、砂糖、じゃがいも、米	ツナ缶、ウインナー	にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう	ごま入り味付けいりこ ●牛乳	ベジタべる ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
02 水	☆五目炒め煮 ⑦卵 みそ汁 ミニデザート<すりおろしりんご>	油、片栗粉、板こんにゃく、砂糖、米	味噌、鶏肉 ☆うずら卵水煮缶	にんじん、たまねぎ、たけのこ、カットわかめ、えのきたけ、いんげん	酢、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	ひじきあられ ●牛乳	●コロシ ⑦卵・乳 ●牛乳		無
07 月	肉豆腐の煮物 切り干しだいこんの梅和え みそ汁	油、糸こんにゃく、砂糖、じゃがいも、米	油揚げ、味噌、焼き豆腐、牛肉	梅肉、切り干しだいこん、青じそドレッシング、ひじき、ねぎ、にんじん、たまねぎ、きゅうり	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	小魚スナック ●牛乳	★●かぼちゃ ドーナツ ⑦乳 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
08 火	カレイの南蛮漬け アスパラソテー わかめスープ	油、片栗粉、砂糖、米	ベーコン、かれい	ピーマン、にんじん、たまねぎ、グリーンアスパラ、カットわかめ、えのきたけ	中華粒、酢、食塩、しょうゆ、こしょう	玄米ぼんぼー ●牛乳	●ミルクツイスト ⑦卵・乳 ●牛乳	花まつり	5・4歳児・有 3歳児・無
09 水	●チーズオムレツ ⑦卵・乳(肉じゃが) ツナサラダ オニオンスープ	油、砂糖、じゃがいも、米	●卵、ベーコン、ツナ缶、●チーズ	パセリ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう	ソフトせんべい ●牛乳	●雪の宿 ⑦乳 ●牛乳		無
10 木	鮭の照焼き キャベツの塩こぶ和え みそ汁 オレンジ	米	油揚げ、味噌、鮭、ごま	塩こんぶ、もやし、ねぎ、にんじん、しょうが、しめじ、キャベツ、オレンジ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	セサミラスク ●牛乳	●たべっ子どうぶつミニ メープル味 ⑦乳 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
11 金	ポークビーンズ ほうれん草ソテー りんご	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉、赤いんげん、ベーコン、だいず水煮	りんご、ほうれん草、ピーマン、にんじん、たまねぎ、コーン缶	食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ	●十勝ヨーグルト ⑦乳 お茶	●かつばえびせんミニ ⑦甲殻類 ぶどうジュース	5歳児 園外保育	5歳児・弁当 4歳児・有 3歳児・無
12 土	焼そばパン 牛乳 ⑦弁当持参	焼きそばめん、ロールパン	ウインナー	ピーマン、にんじん	焼そばソース	せんべい等 お茶 ⑦おやつ持参	ゼリー等 お茶 ⑦おやつ持参		無
14 月	☆豆腐ハンバーグ ⑦卵 ひじき炒り煮 ☆そうめん汁 ⑦卵	油、砂糖、干し豆腐めん、パン粉、つきこんにゃく、米	☆卵、油揚げ、しぼり豆腐、豚ひき肉 ☆かまぼこ	干しいたけ、ひじき、ねぎ、にんじん、たまねぎ	食塩、みりん、しょうゆ、ケチャップ、かつお・昆布だし汁	元気ミレービスケット ●牛乳	豆餅 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
15 火	わかめご飯 かき揚げ そら豆 みそ汁 バナナ	油、てんぷら粉、さつまいも、米	味噌、ちくわ	みつば、バナナ、にんじん、たまねぎ、そら豆、キャベツ、混ぜ込みわかめ	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁	水族館クッキー ●牛乳	★●じゃこラスク ⑦卵・乳 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
16 水	牛肉の香味炒め ☆磯和え ⑦卵 みそ汁	油、砂糖、米	油揚げ、味噌、牛肉 ☆かまぼこ	たまねぎ、にんじん、大根、もみり、しいたけ、しょうが、ほうれん草、ねぎ	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	玄米ぼんせん 醤油味 ●牛乳	●ビスコ ⑦乳 ●牛乳		無
17 木	☆鱈フライ ⑦卵 ●ごぼうサラダ ⑦卵(甘酢和え) アスパラスープ	油、小麦粉、パン粉、米	☆卵、ベーコン、ツナ缶、たら、ごま	にんじん、たまねぎ、ごぼう、グリーンアスパラガス、きゅうり	食塩、しょうゆ、コンソメ、こしょう ●ゴマドレッシング、ソース	鉄塩せん ●牛乳	★カクテルゼリー お茶	スプーン	5・4歳児・有 3歳児・無
18 金	☆八宝菜 ⑦卵・甲殻類 ☆春雨サラダ ⑦卵・乳 味付けのり ミニデザート<ピーチ>	油、片栗粉、砂糖、はるさめ、ごま油、米	豚肉、☆ハム、☆えび ☆うずら卵水煮缶、ごま	味付けのり、干しいたけ、もやし、ピーマン、はくさい、にんじん、たまねぎ、たけのこ、キャベツ	酢、食塩、酒、しょうゆ、中華粒	キヌアかりんどう ●牛乳	源氏パイ ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
19 土	弁当・水筒持参 ⑦弁当・水筒持参					クッキー等 お茶 ⑦おやつ持参	ゼリー等 お茶 ⑦おやつ持参	保育参観	無
21 月	●マカロニグラタン ⑦乳(ケチャップ炒め) アスパラサラダ レタススープ	油、砂糖、マカロニ、パン粉、米	鶏こま、ベーコン ●チーズ ●ホワイトソース	レタス、マッシュルーム、パセリ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、キャベツ	酢、食塩、コンソメ、こしょう	さかなの学校 ●牛乳	国産お米deもものタルト ●牛乳		無 振休
22 火	●タンダーリーチキン ⑦乳(鶏の照焼き) いんげんソテー チンゲン菜スープ	油、米	鶏肉、●ヨーグルト、ベーコン	レモン果汁、チンゲンサイ、たまねぎ、しょうが、コーン缶、いんげん、にんじん	中華粒、食塩、こしょう、ケチャップ、カレー粉	しょうゆおかき ●牛乳	★おにぎりくしらす> お茶		5・4歳児・有 3歳児・無
23 水	鯖の煮付け ほうれん草のごま和え みそ汁 ●ゴールドキウイ ⑦キウイ(ゼリー)	砂糖、じゃがいも、米	油揚げ、味噌、さば、ごま	ほうれん草、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しょうが ●ゴールドキウイ	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	ポップコーン ●牛乳	★●ジャムヨーグルト ⑦乳 お茶	スプーン	無
24 木	鶏肉の甘煮 小松菜のごま味噌和え すまし汁	砂糖、おつゆ麩、米	味噌、鶏肉、ごま	もやし、たまねぎ、しょうが、こまつな、えのきたけ、にんじん	食塩、酒、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	バナナ ●牛乳	●エントリー ⑦乳 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
25 金	マーボー豆腐 ナムル オレンジ	油、片栗粉、砂糖、ごま油、米	味噌、豚ひき肉、木綿豆腐、ごま	もやし、ほうれん草、ねぎ、にんにく、にんじん、しょうが、オレンジ	中華粒、食塩、しょうゆ	赤ちゃんせんべい ●牛乳	アンパンマンの ソフトせんべい ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
26 土	お好み焼き ⑦弁当持参	油、お好み焼き粉 天かす	豚肉、卵	にんじん、キャベツ、あおのり、山芋、ねぎ	お好みソース	クッキー等 お茶 ⑦おやつ持参	ゼリー等 お茶 ⑦おやつ持参		無
28 月	●ツナ入り卵焼き ⑦卵(ハンバーグ) きんぴらごぼう 豆乳みそ汁	砂糖、つきこんにゃく、ごま油、米	●卵、油揚げ、味噌、ツナ缶、ごま、豆乳	ほうれん草、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、かぼちゃ	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	はとむぎおこし ●牛乳	★マカロニあべかわ ●牛乳	フォーク	5・4歳児・有 3歳児・無
29 火	●さわらの味噌チーズ焼き ⑦卵・乳(さわらの西京焼き) 小松菜とえのきの和え物 ☆すまし汁 ⑦卵	小麦粉、砂糖 ●マヨネーズ、米	味噌、●粉チーズ、さわら、☆かまぼこ	みつば、にんじん、だいこん、こまつな、えのきたけ	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	紫いもチップ ●牛乳	●ミニあんぱん ⑦卵・乳 ●牛乳		5・4歳児・有 3歳児・無
30 水	☆手作りがんも ⑦卵 きゅうりの酢の物 みそ汁 甘夏	油、片栗粉、砂糖、ながいも、米	☆卵、油揚げ、味噌、ちりめんじゃこ、しぼり豆腐	干しいたけ、ねぎ、にんじん、しょうが、きゅうり、カットわかめ、オクラ、甘夏	酢、食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	りんご ●牛乳	●シスコーンBIG ⑦乳 ●牛乳	スプーン	無
31 木	●ポークカレー ⑦乳(煮物) ☆ハムサラダ ⑦卵・乳 メロン	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉、☆ハム	メロン、にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、キャベツ	酢、食塩、こしょう ●カレールウ	ふ菓子 ●牛乳	●ロールケーキ ⑦卵・乳 りんごジュース	誕生会 フォーク	5・4歳児・有 3歳児・無