

5月 給食だより



菫根本幼稚園 R6.4.30

(月)	(火)	1 (水)	2 (木)	3 (金)
☆天候や都合によって、献立やおやつを急に変更することがあります。ご了承ください。		山菜おこわ 牛乳 みそ汁 ミニゼリー 白米 もち米 山菜 あげ 人参 鶏肉 醤油 中双 酒 みりん 人参 大根 豆腐 あげ えのき 小松菜 味噌 かつお ゼリー	ゆかりご飯 牛乳 関東煮 りんご 白米 麦 ゆかり 大根 人 参 こんにゃく はんぺん 竹輪 がんも 醤油 砂糖 白だし りんご	憲法記念日
エネルギー 食塩相当量		445kcal 0.7 g	445kcal 1.2 g	
おやつ		かしわもち	—	
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)
振替休日	チキンライス 牛乳 野菜のクリーム煮 プルーン 白米 マッシュルーム 鶏肉 玉葱 人参 ピース ケチャ ップ ピューレ ソース コ ンソメ バター 白菜 しめ じ ホワイトルウ	あさりご飯 牛乳 白みそ汁 バナナ 白米 麦 あさり 人参 こ んにゃく あげ ピース 蓮 根 醤油 中双 酒 みりん 切干大根 豆腐 小松菜 味噌 かつお バナナ	ピースご飯 牛乳 五目汁 ししゃもの磯辺揚げ 白米 麦 ピース 豆腐 あ げ 鶏肉 葱 人参 大根 こんにゃく 醤油 白だし かつお ししゃも てんぷら 粉 青のり 油	遠足 (喜多緑地公園)
	425kcal 0.8 g	444kcal 0.8 g	490kcal 0.9 g	
	白いふうせん	Ca ウエハース	ぱりんこ	ジョア
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)
鶏ごぼう飯 牛乳 なめこ汁 枝豆 白米 麦 鶏肉 ごぼう 人 参 いんげん 醤油 中双 酒 みりん なめこ 豆腐 あげ えのき 味噌 かつお あおさ 枝豆	ひじき入りご飯 牛乳 田舎汁 チョコタフィー 白米 麦 人参 ひじき 鮪 フレーク ピース 椎茸 あ げ 竹輪 ごぼう 醤油 砂 糖 みりん 白だし 切干大 根 小松菜 豆腐 サツマ イモ 味噌 かつお 大豆 砂糖 ココア 片栗粉	焼きそば 牛乳 揚げ餃子 ミニゼリー やきそば 豚肉 イカ もや し 竹輪 人参 玉葱 キャ ベツ ソース 塩 胡椒 青 のり 餃子 油 ミニゼリー	バターコッペ 牛乳 ポトフ 春雨サラダ キャベツ じゃがいも ウイ ンナー 人参 玉葱 コンソ メ 鶏がらスープ パセリ キャベツ きゅうり ハム 春雨 醤油 酢 砂糖	シーチキンご飯 牛乳 スナッペンどうの卵とじ コロケ シーチキン 砂糖 醤油 塩 スナッペンどう 人参 玉葱 かまぼこ 卵 鶏肉 酒 みり ん コロケ 油
437kcal 1.0 g	445kcal 1.1 g	518kcal 1.5 g	441kcal 1.3 g	528kcal 1.1 g
きなこもち	ラムネ	味しらべ	ホームパイ	あんぱんまん煎餅
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)
麦ご飯 牛乳 八宝菜 中華スープ 白米 麦 人参 豚肉 イカ 玉葱 白菜 筍 生姜 醤油 中華スプ 片栗粉 木耳 き ぬさや 筍 コーン ベーコ ン 椎茸 小松菜 鶏がらス プ 酒 ごま油 胡麻	麦ごはん (のり佃煮) にゅうめん 牛乳 和風ハンバーグ 白米 麦 のり佃煮 豆腐 あげ 鶏肉 葱 そうめん 人参 醤油 白だし かつお 椎茸 ハンバーグ えのき みりん 片栗粉	わかめご飯 牛乳 ニラ卵汁 とり天 白米 麦 わかめ ニラ 人 参 玉葱 豆腐 あげ 椎茸 卵 白だし かつお 鶏肉 てんぷら粉	麦ごはん 牛乳 いわしの蒲焼 豚汁 白米 麦 いわし 片栗粉 油 醤油 砂糖 みりん 人 参 大根 ごぼう 豚肉 豆 腐 葱 あげ 味噌 かつお 椎茸 こんにゃく	散らし寿司 牛乳 すまし汁 ミニゼリー 白米 麦 昆布 酢 砂糖 塩 醤油 中双 卵 砂糖 塩 人 参 ごぼう 蓮根 椎茸 豆腐 玉葱 あげ かまぼこ わかめ 白だし かつお ゼリー
443kcal 0.7 g	504kcal 1.2 g	470kcal 0.4 g	504kcal 1.1 g	439kcal 1.1 g
豆もち	ハッピーターン	星たべよ	無限のり	ばかうけ
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
ハムピラフ 牛乳 ワンタンスープ メロン 白米 人参 玉葱 ハム コ ーン ピース バター コン ソメ ワンタン 豚肉 チン ゲン菜 メロン	バターコッペ 牛乳 南瓜サンドフライ 酢の物 コンソメスープ 南瓜サンド 油 キャベツ 人参 わかめ きゅうり イ カ 酢 砂糖 醤油 塩 玉 葱 ブロccoli コーン パセリ コンソメ	わかめご飯 牛乳 あんかけ豆腐 バナナ 白米 麦 わかめ 豆腐 鶏 ミンチ 玉葱 人参 生姜 小松菜 イカ 醤油 砂糖 片栗粉 バナナ	ゆかりご飯 牛乳 海苔 のっぺい汁 チキンカツ 白米 麦 ゆかり のり 豆 腐 あげ 鶏肉 葱 人参 大根 こんにゃく 舞茸 醬 油 かつお 白だし 片栗粉 鶏肉 てんぷら粉 パン粉 油	ハヤシライス 牛乳 ヨーグルトサラダ 白米 麦 人参 玉葱 豚肉 ピース トマト ハヤシフレ ーク デミグラスソース ワイン ケチャップ しめじ 砂糖 み かん缶 パイン缶 桃缶 バナ ナ ヨーグルト 生クリーム
458kcal 1.2 g	443kcal 1.3 g	492kcal 1.0 g	499kcal 0.9 g	536kcal 1.3 g
銀シャリおにぎり煎餅	揚一番	田舎のおかき	しるこサンド	ハッピーターン ヤクルト

月平均の栄養価：エネルギー 470kcal たんぱく質 19.3 g Ca 295mg 食塩相当量 1.0 g