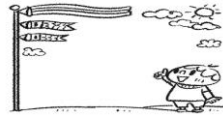


5月 よていこんだてひょう



月平均の栄養価 エネルギー517Kcal 蛋白質18.5g Ca282mg 食塩相当1.6g

令和3年度
幼稚園

※牛乳・お茶は、毎日つきます。

日	曜日	こんだて	おやつ	赤の食品 からだをおおさくする	黄の食品 エネルギーになる	緑の食品 びよきまふせぐ	調味料
6	木	こまつなとジャコのまぜごはん とうふのやさいあんかけ オレンジ		しらすぼし とうふ ぶたこま かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら さんおんとう かたくりこ	こまつな たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん オレンジ	しょうゆ さけ みりん しお
10	月	ちらしずし わかめスープ	かしわもち	たまご かつおぶし わかめ ぎゅうにゅう あじつけのり	こめ ざらめ さんおんとう サラダあぶら	にんじん ほししいたけ えだまめ キャベツ たまねぎ きゅうり	しょうゆ こめす さけ みりん しお
11	火	ミネストローネスープ カスタードプリン	バターコッペ あじしらべ	ウインナー だいず ぎゅうにゅう プリン	バターコッペ サラダあぶら マカロニ	おろしにんにく にんじん キャベツ たまねぎ ホールトマト	ケチャップ ソース ワイン コンソメ しお
12	水	にくみそなっとうごはん だいこんとまいたけのスープ メロン	ホームパイ	ぶたひきにく なっとう かつおぶし ぎゅうにゅう あかみそ	こめ サラダあぶら さんおんとう	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ だいこん まいたけ ほししいたけ メロン	しょうゆ さけ みりん しお
13	木	ツナごはん しろみそしる バナナ	しるこサンド	シーチキン かつおぶし とうふ ぶたばら ぎゅうにゅう	こめ	しめじ にんじん こまつな たまねぎ もやし バナナ	しょうゆ さけ みりん しろみそ
14	金	やさいピラフ ひだぎゅうコロッケ	まがりせんべい	とりもも コロッケ ぎゅうにゅう	こめ バター	にんじん たまねぎ ピーマン ホールコーン	コンソメ しお
17	月	ひじきごはん すましじる キャンディーチーズ	ロアンヌバナナ	ぶたもも あぶらあげ ひじき チーズ とうふ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ ざらめ	ほししいたけ にんじん ごぼう だいこん ねぎ こまつな	しょうゆ さけ みりん しお
18	火	スパゲティナポリタン パインヨーグルト	ミレーフライ	ぶたミンチ ウインナー ヨーグルト ぎゅうにゅう	スパゲティ オリーブオイル	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ ホールトマト グリーンピース パインかん	ケチャップ ソース ワイン コンソメ しお
19	水	しらすごはん にくじゃが ミニゼリー	いなかのおかき	しらすぼし ぶたもも かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ サラダあぶら じゃがいも こんにやく ざらめ	にんじん たまねぎ さやいんげん こまつな	しょうゆ さけ みりん しお
20	木	かぼちゃのポターージュ ポイルウインナー	ミルクフレンチ	ぶたこま ウインナー ぎゅうにゅう	ミルクフレンチ サラダあぶら じゃがいも	かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース	シチューのもと しお
21	金	マーボーなすとうふどん たまごスープ	ビスコ	とうふ ぶたミンチ あかみそ たまご かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ ざらめ ごまあぶら	なす ねぎ にんじん ほししいたけ もやし えのきたけ こまつな たまねぎ	さけ みりん しお しょうゆ
24	月	カレーうどん レタスのコールスローサラダ	ほしたべよ	ぶたこま シーチキン ぎゅうにゅう	うどんかんめん サラダあぶら さんおんとう じゃがいも	にんじん たまねぎ ホールコーン ホールトマト レタス きゅうり トマト	カレールー ソース しお ワイン マヨネーズ こめす
25	火	なめし にくだんごのみそしる パナナ	きくサブレ	とりミンチ とうふ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ パンこ	なめしのもと キャベツ にんじん たまねぎ バナナ	しろみそ さけ
26	水	クリームシチュー ミニゼリー	バターコッペ みそはんげつ	とりむね ぎゅうにゅう	バターコッペ サラダあぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ ほうれんそう ホールコーン	シチューのもと しお
27	木	とうもろこしごはん ワンタンスープ なまクリームヨーグルト ヤクルト	あげいちばん	ぶたミンチ ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ バター ワンタン	ホールコーン ねぎ チンゲンサイ にんじん	しお しょうゆ とりから
28	金	にくみハンバーグどん さくらんぼ	ワッフルサブレ	ハンバーグ ぎゅうにゅう	こめ サラダあぶら	にんじん たまねぎ しめじ まいたけ ホールトマト さくらんぼ	ケチャップ コンソメ ソース ワイン しお
31	月	ゆかりごはん とんじる オレンジ	おかきもち	ぶたばら とうふ にぼし あかみそ ぎゅうにゅう ヤクルト	こめ	ゆかり だいこん にんじん ねぎ えのきたけ オレンジ	さけ みりん

※7日(金)のおやつは、オレンジジュースを予定しています。

○都合により、献立を変更する場合があります。