

令和6年5月献立表 原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

当園の栄養目標量/実施量

エネルギー(kcal) 574 / 519
たんぱく質(g) 21.5 / 20.4

幼児

乳児

531 / 458
19.9 / 18.8

日にち	昼食	おやつ	夕食	補食
1(水)	けんちんうどん (うどん、鶏肉、油揚げ、大根、人参、葱、ごぼう) 白菜のホットサラダ (白菜、ハム、人参、レモン汁) オレンジ 牛乳	そばろ納豆 (切干大根、挽き割り納豆 青のり) 麦茶	ひじきチャーハン(ハム、ひじき、玉葱 アスパラ、にんにく、生姜、ごま油) スープ(白菜、大根) レタスサラダ(レタス、トマト)フレンチ	ひじき チャーハン
2(木)	ご飯 豆腐のとろみスープ(豆腐、葱、えのき、片栗粉) こいのぼりハンバーグ(豚挽肉、玉葱、人参、卵 パン粉、ちくわ、グリーンピース、ケチャップ) お浸し(キャベツ、人参、しめじ、厚揚げ) バナナ	照焼きツナトースト (食パン、ツナ、エッグケア 刻みのり) 牛乳	みそ豆乳スパゲティー (スパゲティー、海老、貝柱、人参 玉葱、しめじ、豆乳、えのき、みそ) マセドアンサラダ (さつま芋、人参、胡瓜)エッグケア	みそ豆乳 スパゲティー
3(金)	床工事の為、給食の提供ありません	せんべい	4(土) 床工事の為、給食の提供ありません	せんべい
5(日)	床工事の為、給食の提供ありません	せんべい	6(月) 床工事の為、給食の提供ありません	せんべい
7(火)	ご飯 スープ(きくらげ、卵) ホイコーロー(豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン にんにく、生姜、みそ) のり和え(切干大根、人参、油揚げ、刻みのり) グレープフルーツ	ウィークエンドシトロン (小麦粉、バター、卵、牛乳 レモン、粉糖 ベーキングパウダー) 牛乳	菜飯(小松菜) みそ汁(油揚げ、人参) 鯖の焼浸し(鯖、生姜) 春雨サラダ(春雨、胡瓜、人参)和風	菜飯
8(水)	チキンピラフ(鶏肉、ピーマン、人参、玉葱、バター) コーンスープ (白菜、クリームコーン、ドライパセリ、牛乳) たらこサラダ (水菜、れんこん、カリフラワー、甘塩たらこ)エッグケア バナナ	シェパードパイ (じゃが芋、豚挽肉、牛乳 バター、玉葱、小麦粉、白ワイン ケチャップ、オリーブ油) 牛乳	ご飯 スープ(水菜、もやし) 鶏肉のおかか焼き (鶏肉、鰹節、エッグケア) ほうれん草の和え物(ほうれん草 人参、油揚げ)	おかかおにぎり (鰹節)
9(木)	ボンゴレスパゲティー (スパゲティー、ベーコン、人参、玉葱、キャベツ あさり、しめじ、にんにく) かぶのフレンチサラダ (かぶ、かぶの葉、人参、黄パプリカ)フレンチ りんご 牛乳	おいなりさん (人参、ほうれん草 油揚げ、ひじき、白ごま 干し椎茸) 麦茶	きのこのカレーライス (豚肉、玉葱、人参、しめじ、えのき じゃが芋、舞茸、カレールウ) 大根の酢サラダ(大根、胡瓜、白ごま)	きのこの カレーライス
10(金)	ご飯 みそ汁(ちくわ、茄子) 鶏肉の生姜焼き(鶏肉、生姜、白ワイン、玉葱) 白菜の浅漬け(白菜、人参、生姜) 清美オレンジ	スコーン (小麦粉、バター、卵、牛乳 カッターチーズ ベーキングパウダー メープルシロップ) 牛乳	オイスター焼きそば (蒸中華麺、豚挽肉、もやし、ニラ 人参、オイスターソース) トマトの塩昆布和え (トマト、胡瓜、塩昆布)	オイスター 焼きそば
11(土)	豚肉の梅醤油漬け丼 (豚ロース肉、梅干し、キャベツ、刻みのり) スープ(チンゲン菜、えのき) ブロッコリーとトマトのサラダ (ブロッコリー、トマト)和風 バナナ	桃のカップケーキ (小麦粉、バター、牛乳 ベーキングパウダー 黄桃、卵) 牛乳	12(日) 卵サンド (ロールパン、卵、胡瓜、エッグケア) スープ(玉葱、トマト) キャベツのカレーマリネ (キャベツ、胡瓜、カレー粉)フレンチ	せんべい
13(月)	黒糖パン スープ(玉葱、黄パプリカ) 豚肉のミラノ風(豚ロース肉、パン粉、小麦粉、卵 粉チーズ、ドライパセリ、ケチャップ) 海老サラダ(キャベツ、赤パプリカ、海老、コーン)フレンチ バナナ	鶏しご飯 (鶏肉、塩昆布、押麦、大葉) 麦茶	うどん (うどん、鶏肉、人参、葱、大根、しめじ) 粉ふき芋(じゃが芋、青のり)	うどん
14(火)	ご飯 みそ汁(ごぼう、舞茸) 鶏肉のごま照り焼き(鶏肉、白ごま、生姜) 水菜サラダ(水菜、人参、胡瓜)エッグケア グレープフルーツ	フルーツヨーグルト (ヨーグルト、みかん バナナ、黄桃) 牛乳	桜海老の炊き込みご飯 (桜海老、ひじき) 清汁(わかめ、葱) 卵焼き(卵) 厚揚げとチンゲン菜の和え物 (厚揚げ、チンゲン菜、人参)	桜海老の 炊き込みご飯
15(水)	だし丼(胡瓜、オクラ、しらす、めかぶ、挽き割り納豆 大葉、鰹節、刻みのり) 生姜スープ(キャベツ、きくらげ、生姜) 豆サラダ (レタス、アスパラ、人参、ミックスビーンズ)和風 りんご	にゅうめん (そうめん、豚肉、小松菜 玉葱) 牛乳	ご飯 みそ汁(小松菜、しめじ) カジキの醤油ソテー(カジキ、バター) もやしと油揚げのサラダ (もやし、油揚げ、豆苗)	ラスク (パン、バター グラニュー糖)
16(木)	ジャージャー麺 (生中華麺、豚挽肉、人参、椎茸、筍、ほうれん草 葱、にんにく、生姜、干し椎茸、りんご、玉葱 ごま油、みそ) 白いんげん豆の甘煮(白いんげん豆) グレープフルーツ 牛乳	アスパラのドリア (鶏肉、バター、ケチャップ アスパラ、しめじ、小麦粉 牛乳) 麦茶	コーンピラフ(ツナ、玉葱、人参、コーン マッシュルーム、バター) スープ(大根、もやし) ブロッコリーの洋風炒め(ブロッコリー)	コーンピラフ

日にち	昼食	おやつ	夕食	補食
17(金)	ご飯 みそ汁(ニラ、もやし) 鮭の青のり焼き(鮭、青のり、エッグケア) 大根と胡瓜のゆかり和え(大根、胡瓜、ゆかり) オレンジ	ココアプリン (ゼラチン、牛乳、ココア) 牛乳	しめじご飯(しめじ) スープ(キャベツ、卵) 鶏肉の甘辛煮(鶏肉、にんにく、生姜) 五日豆 (水煮大豆、人参、ひじき、椎茸、筍)	しめじご飯
18(土)	鶏肉とチンゲン菜のスパゲティー (スパゲティー、鶏肉、チンゲン菜、人参 万能葱、にんにく) 塩昆布サラダ(レタス、胡瓜、塩昆布) バナナ 牛乳	みそバター焼きおにぎり (コーン、みそ、バター) 麦茶	19(日) 麻婆茄子丼(豚挽肉、木綿豆腐、茄子 ピーマン、みそ、片栗粉) スープ(じゃが芋、コーン) もやしの中華風(もやし、人参、胡瓜 ごま油)	せんべい
20(月)	たら豆ご飯(そら豆、甘塩たらこ) みそ汁(はんぺん、葱) 鶏肉じゃが (鶏肉、玉葱、人参、白滝、じゃが芋、いんげん) なめこサラダ(レタス、人参、胡瓜、めかぶ、なめこ)和風 清美オレンジ	卵蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー) 牛乳	ご飯 わかめスープ(わかめ、玉葱) 豚肉の西京焼き風(豚ロース肉、みそ) トマトナムル(トマト、胡瓜、ごま油)	豚肉の 西京焼き風丼 (豚ロース肉 みそ)
21(火)	麻婆焼きそば (蒸中華麺、豚挽肉、木綿豆腐、人参、葱、にんにく 生姜、みそ、ごま油、片栗粉、きくらげ) 南瓜の塩バター(南瓜、バター) バナナ 牛乳	ジャンバラヤ風ご飯 (鶏肉、玉葱、ピーマン トマト、にんにく、バター オリーブ油) 麦茶	鶏肉の葱味噌焼き丼 (鶏肉、葱、みそ、キャベツ) スープ(人参、南瓜) ひじきサラダ(キャベツ、ひじき、胡瓜) 和風	鶏肉の 葱味噌焼き丼
22(水)	ご飯 スープ(人参、わかめ) カジキのチリソース風 (カジキ、葱、ケチャップ、にんにく、生姜、片栗粉) 塩麹ナムル(小松菜、もやし、コーン、塩麹、ごま油) グレープフルーツ	ホットアップルパイ (食パン、りんご、レモン汁 片栗粉、グラニュー糖 バター) 牛乳	ナポリタン(ベーコン、玉葱、ピーマン 人参、ケチャップ、バター、にんにく ウスターソース) 野菜のピクルス(大根、胡瓜)	ナポリタン
23(木)	ドライカレー (豚挽肉、玉葱、人参、ピーマン、にんにく カレールウ、カレー粉) スープ(豆苗、貝柱) ごぼうサラダ(ごぼう、水菜、人参、醤油)エッグケア バナナ	ニラチーズチヂミ (小麦粉、片栗粉、ニラ 玉葱、人参 とろけるチーズ) 牛乳	ご飯 みそ汁(キャベツ、えのき) 野菜の肉巻き(豚ロース肉、人参 ごぼう、QBBチーズ、片栗粉) 白菜のお浸し(白菜、鰹節)	塩むすび (焼きのり)
24(金)	ぶどうパン スープ(水菜、春雨) チキンのコーンフ레이크揚げ (鶏肉、パン粉、卵、コーンフ레이크、小麦粉 中濃ソース、揚げ油) 彩りサラダ(キャベツ、トマト、胡瓜、黄パプリカ)フレンチ オレンジ	小松菜チャーハン (小松菜、ベーコン、玉葱 にんにく、生姜、ごま油) 牛乳	バターライス(バター) スープ(小松菜、トマト) 鱈の竜田揚げ (鱈、生姜、片栗粉、揚げ油) タルタルサラダ(レタス、海老、卵) エッグケア	レーズンマフィン (小麦粉、卵 バター、牛乳 ベーキングパウダー レーズン)
25(土)	豚丼 (豚肉、人参、椎茸、玉葱、ほうれん草、にんにく、生姜) スープ(オクラ、人参) 豆腐サラダ(水菜、木綿豆腐、油揚げ)和風 バナナ	スノーボール (小麦粉、バター、粉糖 アーモンドプードル) 牛乳	26(日) ポテサラサンド(ロールパン、ハム 人参、じゃが芋、コーン、胡瓜 エッグケア) スープ(貝柱、水菜) ガーリック炒め (大根、ほうれん草、にんにく)	せんべい
27(月)	塩豚うどん (うどん、豚肉、白菜、えのき、しめじ、人参、葱) 海藻サラダ (大根、胡瓜、糸寒天、わかめ、しらす)和風 バナナ 牛乳	おかかチーズおにぎり (鰹節、QBBチーズ) 麦茶	ご飯 みそ汁(ひじき、もやし) カジキの玉葱ソースがけ (カジキ、玉葱、りんご、片栗粉) 春雨入り酢の物(春雨、胡瓜)	パウンドケーキ (小麦粉、卵 バター ベーキングパウダー)
28(火)	親子丼 (鶏肉、玉葱、人参、椎茸、卵、グリーンピース) スープ(万能葱、かぶ) 梅昆布和え(キャベツ、胡瓜、梅干し、塩昆布) 清美オレンジ	ハッシュドポテト (じゃが芋、片栗粉、揚げ油) 牛乳	きつね茶飯(油揚げ) 和風スープ(豆腐、白ごま、生姜) 豚肉のピカタ(豚ロース肉、小麦粉 卵、ケチャップ) 無限ピーマン(ピーマン、ごま油)	きつね茶飯
29(水)	ご飯 みそ汁(切干大根、南瓜) 鱈の蒲焼き(鱈、生姜) 白和え(小松菜、ひじき、しめじ、人参、木綿豆腐) グレープフルーツ	きな粉ミルク寒天 (牛乳、寒天、黒糖、きな粉) 牛乳	ラーメン (生中華麺、豚肉、キャベツ、葱、もやし) サラダ(レタス、胡瓜)和風	ラーメン
30(木)	焼豚サンド (食パン、焼豚、レタス、中濃ソース、エッグケア) スープ(えのき、トマト) パインサラダ(キャベツ、胡瓜、パイン)フレンチ バナナ	きんぴら混ぜご飯 (人参、ごぼう、葱、ひじき ごま油) 牛乳	ご飯 スープ(じゃが芋、大根) 茄子と豚肉の梅肉ソース炒め (豚肉、茄子、大葉、ごま油、梅干し 白ごま、葱) 豆苗サラダ(豆苗、トマト)エッグケア	茄子と豚肉の 梅肉ソース炒め丼 (豚肉、茄子 大葉、ごま油 梅干し、白ごま 葱)
31(金)	ご飯 清汁(かまぼこ、万能葱) 鶏肉のみぞれ煮(鶏肉、大根) みそ和え(チンゲン菜、もやし、人参、油揚げ、みそ) りんご	米粉マフィン (上新粉、卵、牛乳 ヨーグルト、ベーキングパウダー アプリコットジャム ブルーベリージャム) 牛乳	あんかけ丼(豚挽肉、海老、白菜、玉葱 人参、生姜、片栗粉) みそ汁(ほうれん草、ひじき) 人参のツナ和え(人参、ツナ、白ごま)	あんかけ丼