

令和6年

5月 給食献立表

くじら認定こども園

日 曜	AMおやつ	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 水	牛乳 ぱりんこ	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ コーンスープ	お茶 おなかチーズおにぎり	牛乳・鶏もも(皮なし)・ロー スハム・豆乳・削り節・ チーズ	ぱりんこ・ロールパン・油・ マカロニ・スパゲティ・マヨ ドレ・片栗粉・米	マーマレードジャム・きゅうり・に んじん・たまねぎ・コーン
2 木	牛乳 クッキー	ご飯 鯉のほりミートローフ アスパラのマリネ ポトフ ヤクルト	牛乳 フルーツボンチ	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき 肉・鶏卵・ウインナーソー セージ・ヤクルト	クッキー・米・パン粉・マヨ ネーズ・砂糖・オリーブ油・ じゃがいも	たまねぎ・にんじん・トマトケ チャップ・焼きのり・アスパラガ ス・カットわかめ・キャベツ・みか ん缶詰・黄桃缶・バナナ・パイン アップル缶詰・レモン果汁
7 火	牛乳 白い風船	豆ご飯 タラの竜田焼き さつまいもサラダ わかめと卵のスープ	牛乳 シュガートースト	牛乳・たら・鶏卵	米・片栗粉・油・さつまい も・マヨドレ・食パン・有塩 マーガリン・砂糖	グリーンピース・おろししょうが・ きゅうり・にんじん・たまねぎ・乾 わかめ
8 水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 新ごぼうと豚肉の味噌煮 春雨のさっぱり和え 白菜とえのきのすまし汁 りんごの缶詰	お茶 フルーチェ	牛乳・ぶたばら・麦みそ・ ロースハム	ぱりんこ・米・砂糖・油・は るさめ・オリーブ油・フルー チェ	ごぼう・だいこん・ねぎ・りょく とうもろし・きゅうり・レモン果汁・ はくさい・えのきたけ・カットわか め・りんご缶詰
9 木	お茶 クッキー	カレーライス トマトサラダ みかんヨーグルト	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ぶたひき肉・牛ひき 肉・ツナ缶・プレーンヨー グルト・きな粉	クッキー・米・油・じゃがい も・砂糖・オリーブ油	たまねぎ・にんじん・トマト・きゅ うり・レタス・みかん缶詰・バナナ
10 金	牛乳 ウエハース	ロールパン タンドリーチキン ポテトサラダ 野菜と大豆のスープ バナナ	お茶 ぎつねおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・プ レーンヨーグルト・ロース ハム・大豆水煮缶詰・ウイ ンナーソーセージ・油揚げ	ロールパン・じゃがいも・マ ヨドレ・米・砂糖・しろごま	にんにく・トマトケチャップ・にん じん・きゅうり・キャベツ・青ピー マン・バナナ
11 土	牛乳 ビスコ	ハヤシライス 春野菜サラダ 野菜ジュース	牛乳 お菓子といりこ	牛乳・ぶた肉	ビスコ・米・油・じゃがい も・オリーブ油・三温糖	たまねぎ・にんじん・マッシュルー ム水煮缶・グリーンピース・キャベ ツ・アスパラガス・コーン・野菜 ジュース
13 月	お茶 たべっ子ビスケット	ご飯 すきやき風煮 大根とわかめの酢の物 もずくともやしの味噌汁	牛乳 チーズトースト	牛乳・牛ばら・焼き豆腐・ ちくわ・麦みそ・チーズ	どうぶつビスケット・米・し らたき・油・砂糖・食パン・ 有塩マーガリン	はくさい・たまねぎ・生しいたけ・ だいこん・カットわかめ・もずく・ だいずもやし・青ねぎ
14 火	牛乳 白い風船	タンメン きゅうりの塩昆布あえ りんご	牛乳 さつまいも蒸しパン	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・蒸 しかまぼこ・まぐろ水煮缶 詰・鶏卵	中華めん・油・ごま油・さつ まいも・ホットケーキミックス ・砂糖	たまねぎ・キャベツ・にんじん・ りょくとうもろし・きゅうり・塩昆 布・りんご
15 水	牛乳 ぱりんこ	麦ご飯 カレイのオーロラソース ジャーマンポテト レタスのスープ	牛乳 麩のきなこラスク	牛乳・まがれい・ベーコ ン・鶏卵・きな粉	ぱりんこ・米・押麦・薄力 粉・油・マヨネーズ・砂糖・ じゃがいも・釜焼きふ・有塩 バター・グラニュー糖	トマトケチャップ・たまねぎ・レタ ス・カットわかめ
16 木	牛乳 クッキー	黒糖パン 松風焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ	牛乳 フライドポテト	牛乳・ぶたひき肉・豆腐・ 豆乳・麦みそ・ロースハ ム・ウインナーソーセージ	クッキー・食パン・パン粉・ 砂糖・いりごま・マヨドレ・ フライドポテト・油	たまねぎ・にんじん・あおのり・く りかぼちゃ・レーズン・きゅうり・ キャベツ
17 金	牛乳 ウエハース	ご飯 さわらのゴマ味噌焼き チーズサラダ すまし汁 バナナ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン	牛乳・さわら・麦みそ・ チーズ・絹ごし豆腐・鶏卵	米・いりごま・砂糖・油・ ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・冷凍コーン・ チンゲンサイ・たまねぎ・にんじ ん・バナナ・くりかぼちゃ
18 土		運動会				

今月の栄養	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (βカロル当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
3歳以上	561	23	19.1	265	1.8	183	0.32	0.45	29	4.8	1.7
3歳未満	493	18.9	18.5	256	1.5	154	0.26	0.4	23	3.9	1.4

令和6年

5月 給食献立表

くじら認定こども園

日 曜		昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
20	月	牛乳 たべっ子ビスケット ご飯 チキンチキンごぼう けんちょう すまし汁	牛乳 餃子の皮ピザ	牛乳・若鶏もも・豆腐・しらす干し・チーズ	どうぶつビスケット・米・片栗粉・油・砂糖・手まり麩・ぎょうざの皮	ごぼう・ゆで冷凍グリーンピース・だいこん・にんじん・青ねぎ・冷凍ほうれんそう・えのきたけ・青ピーマン・コーン・トマトケチャップ
21	火	牛乳 白い風船 麻婆丼 フロッコリーの中華和え 春雨スープ	牛乳 フレンチトースト	牛乳・豆腐・ぶたひき肉・麦みそ・鶏卵	米・ごま油・砂糖・片栗粉・いりごま・はるさめ・食パン・無塩バター	にんじん・青ねぎ・フロッコリー・コーン・はくさい・たまねぎ・乾わかめ
22	水	お茶 ばりんこ ご飯 鮭のムニエル もやしときゅうりのナムル さつまいものみそ汁 夏みかん缶	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・さけ・ロースハム・麦みそ	ばりんこ・米・薄力粉・無塩バター・ごま油・ごま・さつまいも・ホットケーキミックス・カルピス・なたね油	切干しだいこん・にんじん・きゅうり・たまねぎ・チンゲンサイ・なつみかん缶詰
23	木	お茶 クッキー トマトとツナのスパゲティー フレンチサラダ 豆乳スープ	牛乳 きな粉もち	牛乳・ツナ缶・ベーコン・豆乳・きな粉	クッキー・マカロニ・スパゲティ・オリーブ油・砂糖・米・もち米	ホールトマト・青ピーマン・たまねぎ・キャベツ・パインアップル缶詰・きゅうり・冷凍ほうれんそう・にんじん
24	金	牛乳 ウエハース ゆかりごはん さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 白菜と豆腐の味噌汁	牛乳 みかんゼリー	牛乳・さば・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・麦みそ	米・じゃがいも・油・砂糖	たまねぎ・さやいんげん・にんじん・はくさい・カットわかめ・みかん缶詰
25	土	牛乳 ビスコ カレーピラフ さつまいもの煮物 コンソメスープ	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳・若鶏もも・むきえび	ビスコ・米・油・さつまいも・砂糖・甘辛せんべい	たまねぎ・冷凍ミックスベジタブル・レモン果汁・青ピーマン・赤ピーマン
27	月	お茶 たべっ子ビスケット ご飯 ホークチャップ 切干大根のサラダ かぼちゃのスープ	牛乳 バナナ蒸しパン	牛乳・ぶたかた・鶏卵	どうぶつビスケット・米・薄力粉・油・砂糖・マヨドレ・ホットケーキミックス	たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ・切干しだいこん・冷凍ほうれんそう・コーン・くりかぼちゃ・にんじん・バナナ
28	火	牛乳 白い風船 ご飯 あじの味噌煮 チンゲン菜とベーコンのソテー かぼちゃのすまし汁 青りんごゼリー	牛乳 ジャムサンド	牛乳・あじ・麦みそ	米・砂糖・油・ゼリー・食パン	チンゲンサイ・コーン・にんじん・くりかぼちゃ・まいたけ・たまねぎ・カットわかめ・ブルーベリージャム
29	水	牛乳 ばりんこ 塩焼きそば アスパラのごまマヨ和え 中華スープ	牛乳 鮭とコーンのおにぎり	牛乳・ぶたひき肉・かつお節・ちくわ	ばりんこ・中華めん・ごま油・いりごま・マヨネーズ・米	キャベツ・にんじん・にら・アスパラガス・りょくとうもやし・たまねぎ・カットわかめ・コーン・冷凍コーン
30	木	牛乳 クッキー 親子丼 大豆とひじきのサラダ すまし汁	牛乳 みたらしまカロニ	牛乳・若鶏もも皮なし・鶏卵・大豆水煮缶詰	クッキー・米・砂糖・マカロニ・スパゲティ・片栗粉	たまねぎ・乾ひじき・レタス・こまつな・だいこん・しめじ
31	金	牛乳 ウエハース ぶりかけご飯 えびフライ コマダレサラダ コンソメスープ ジョア	牛乳 誕生日ケーキ	牛乳・バナメイエビ・鶏卵・乳酸菌飲料・ホイップクリーム	米・薄力粉・パン粉・油・じゃがいも・ホットケーキミックス・砂糖	フロッコリー・にんじん・コーン・たまねぎ・赤ピーマン・青ピーマン・黄桃缶