

令和3年

5月 給食献立表

杉ノ子第二保育園

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
1	土	スパゲッティナポリタン えのきのスープ アスパラサラダ ヨーグルト	牛乳菓子 おにぎり 麦茶	普通牛乳・ベーコン・ロースハム・パルメザンチーズ・なると・ヨーグルト	あられ・マカロニ・スパゲティ・調合油・精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマトケチャップ・えのきたけ・アスパラガス・キャベツ
6	木	ブルコギ丼 味噌汁 パンサンスー 果物(柑橘類)	シューズ菓子 ラーメン 麦茶	ぶたロース・煮干し・削り節・みそ・ロースハム・焼き豚・なると	あられ・精白米・三温糖・調合油・緑豆はるさめ・ごま油・中華めん	りんごジュース・たまねぎ・にんじん・ごぼう・にら・キャベツ・塩わかめ・きゅうり・冷凍コーン・長ねぎ・柑橘類
7	金	ご飯 味噌汁 唐揚げのネギソースがけ ジャーマンポテト 茹で人参 果物(バナナ)	牛乳菓子 幼児麦茶 おにぎり	普通牛乳・油揚げ・みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ベーコン	あられ・精白米・片栗粉・調合油・三温糖・じゃがいも	えのきたけ・ほうれんそう・しょうが・長ねぎ・こねぎ・たまねぎ・パセリ・にんじん・バナナ
8	土	鶏南蛮うどん コーンサラダ ヨーグルト	牛乳菓子 ラスク	普通牛乳・若鶏もも皮なし・削り節・ヨーグルト	あられ・ゆでうどん・調合油・片栗粉・食パン・有塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・長ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・きゅうり・冷凍コーン
10	月	ごま塩ご飯 味噌汁 ぎせい豆腐 キャベツの中華風サラダ 南瓜の甘煮 オレンジゼリー	牛乳菓子 クリームペンネ 麦茶	普通牛乳・みそ・削り節・煮干し・木綿豆腐・鶏卵・鶏ひき肉・ベーコン・パルメザンチーズ	あられ・精白米・ごま油・観世ふ・三温糖・調合油・いりごま・ごま油・オレンジゼリー・ペンネ・オリーブ油	たまねぎ・塩わかめ・ほうれんそう・生しいたけ・にんじん・キャベツ・きゅうり・もみのり・くりかぼちゃ・ぶなしめじ・エリンギ・パセリ
11	火	ご飯 味噌汁 まあじのカレー風味揚げ ひじきの炒り煮 茹で野菜(スナックえんどう) 果物(バナナ)	ヨーグルト 麦茶 あんぱん 牛乳菓子	ヨーグルト・木綿豆腐・みそ・削り節・煮干し・あじ・油揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉・大豆油・糸こんにゃく・調合油・あんぱん	えのきたけ・みずな・にんにく・乾ひじき・にんじん・スナックえんどう・バナナ
12	水	ハン(牛乳ハン) キャベツのスープ 豚肉のステーキソースかけ スティック野菜 スパゲティソース ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 五目ちらし 麦茶	ぶたロース・ヨーグルト・油揚げ・でんぶ	ロールパン・有塩バター・三温糖・調合油・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・精白米	バナナ・キャベツ・たまねぎ・えのきたけ・にんじん・きゅうり・赤ピーマン・かんぴょう・乾しいたけ・ごぼう・焼きのり
13	木	ご飯 すまし汁 鮭のみそ照り焼き 切り干し大根のごま酢和え 竹の子の煮物 シリア(乳児ヨーグルト)	シューズ菓子 ジャージャー麺 麦茶	木綿豆腐・削り節・さけ・みそ・かつお節・ヨーグルト・ぶたひき肉	あられ・精白米・三温糖・いりごま・すりごま・中華めん・調合油	りんごジュース・えのきたけ・長ねぎ・切干しいたけ・にんじん・ほうれんそう・たけのこ・たまねぎ・きゅうり・しょうが
14	金	三色ご飯 味噌汁 肉じゃが 果物(柑橘類)	牛乳菓子 ピザトースト 牛乳菓子	普通牛乳・鶏ひき肉・鶏卵・油揚げ・赤色辛みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・ベーコン・ピザ用チーズ	あられ・精白米・三温糖・調合油・じゃがいも・しらたき・食パン	にんじん・さやいんげん・えのきたけ・長ねぎ・たまねぎ・柑橘類・青ピーマン・トマトケチャップ
15	土	焼きそば もやしのスープ スティック野菜 ヨーグルト	牛乳菓子 おにぎり 麦茶	普通牛乳・ぶたロース・ベーコン・ヨーグルト	あられ・中華めん・調合油・いりごま・マヨネーズ・精白米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン・りよくとうもやし・生しいたけ・きゅうり
17	月	チキンカレー 野菜スープ ★根菜サラダ 果物(柑橘類)	牛乳菓子 ぱりぱりパイ 牛乳菓子	普通牛乳・若鶏もも皮なし	あられ・精白米・調合油・有塩バター・片栗粉・いりごま・マヨネーズ・三温糖・ぎょうざの皮	トマトホール缶詰・たまねぎ・しょうが・にんにく・にんじん・にら・りよくとうもやし・乾しいたけ・れんこん・かぶ・かぶの葉・柑橘類・かぼちゃ
18	火	ふりかけご飯 味噌汁 はんぺんの磯辺揚げ 金平牛蒡 きゅうりのあえもの 果物(柑橘類)	ヨーグルト 麦茶 バナナケーキ 牛乳菓子	ヨーグルト・みそ・削り節・煮干し・はんぺん・鶏卵・普通牛乳	精白米・観世ふ・天ぶら粉・調合油・三温糖・いりごま・ごま油・薄力粉・有塩バター	キャベツ・こまつな・あおのり・ごぼう・にんじん・きゅうり・柑橘類・バナナ
19	水	ハン(フリッシュパン) ミネストローネスープ キッシュ 茹で野菜 粉ふき ピーチゼリー	果物(バナナ) 麦茶 ツナご飯 麦茶	鶏卵・ベーコン・ピザ用チーズ・まぐろ油漬缶詰	ロールパン・マカロニ・スパゲティ・有塩バター・調合油・マヨネーズ・じゃがいも・オレンジゼリー・精白米・三温糖	バナナ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・セロリ・にんにく・パセリ・トマトホール缶詰・ほうれんそう・赤ピーマン・アスパラガス

区分	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(レチノール当量:RE)(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
乳児	512	18.8	14.5	220	1.8	153	0.28	0.36	31	3.8	2.1
幼児	605	21.9	17.6	205	2.2	175	0.33	0.35	36	4.8	2.6

保護者	園長	栄養士

※乳児のマヨネーズは、卵のないっていないものを使用しています。
 ※おやつの上段は、乳児の午前のおやつです。
 ※材料の入荷状況により、献立を変更する場合があります。

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	木	お赤飯 味噌汁 サーモンフライ 茹でキャベツ マカロニサラダ 茹で野菜(スナックえんどう)	菓子 ジュース プリンアラモード 牛乳 菓子	ささげ・みそ・削り節・煮干し・さけ・鶏卵・ホイップクリーム・普通牛乳	あられ・ごましお・薄力粉・パン粉・調合油・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・カスタードプディング	りんごジュース・塩わかめ・えのきたけ・たまねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・スナックえんどう・柑橘類・いちご
21	金	豚肉の旨煮丼 かきたまスープ コーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子 アメリカンドック 牛乳 菓子	普通牛乳・ぶたロース・鶏卵・ヨーグルト・ウインナーソーセージ	あられ・精白米・調合油・ごま油・三温糖・片栗粉・薄力粉	にんじん・たまねぎ・はくさい・ぶなしめじ・にんにく・チンゲンサイ・キャベツ・きゅうり・冷凍コーン・トマトケチャップ
22	土	きつねうどん かぼちゃのそぼろ煮 ヨーグルト	牛乳 菓子 ツナサンド 牛乳 菓子	普通牛乳・油揚げ・削り節・鶏ひき肉・ヨーグルト・まぐろ油漬缶詰	あられ・ゆでうどん・三温糖・調合油・食パン・マヨネーズ	にんじん・長ねぎ・ほうれんそう・冷凍くりかぼちゃ・きゅうり
24	月	ご飯 味噌汁 かじきの甘酢焼き 切干大根の煮付け きゅうりの即席漬 果物(柑橘類)	牛乳 菓子 揚げパン 牛乳 菓子 ヨーグルト 麦茶	普通牛乳・生揚げ・みそ・削り節・煮干し・めかじき・さつま揚げ	あられ・精白米・三温糖・片栗粉・調合油・ロールパン・グラニュー糖	りよくとうもやし・長ねぎ・切干しだいこん・にんじん・きゅうり・柑橘類
25	火	ご飯 味噌汁 生姜焼き スパゲティソテー 蒸し野菜(かぼちゃ) 果物(柑橘類)	牛乳 菓子 そうめん 麦茶	ヨーグルト・みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・ベーコン・若鶏もも皮なし	精白米・調合油・マカロニ・スパゲティ・オリーブ油・そうめん	えのきたけ・ぶなしめじ・チンゲンサイ・しょうが・たまねぎ・キャベツ・くりかぼちゃ・柑橘類・乾しいたけ・にんじん・長ねぎ・ほうれんそう
26	水	パン(牛乳パン) オニオンスープ 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ スナックえんどう ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 さけおにぎり 麦茶	若鶏もも皮なし・ヨーグルト・塩ざけ	ロールパン・片栗粉・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・精白米・いりごま	バナナ・たまねぎ・にんじん・にら・しょうが・にんにく・キャベツ・スナックえんどう
27	木	納豆ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き マロニーの金平 スティックキュウリ 果物(柑橘類)	ジュース 菓子 ごまスティック 牛乳 菓子	納豆・油揚げ・みそ・削り節・煮干し・さば・普通牛乳	あられ・精白米・マロニー・三温糖・ごま油・有塩バター・薄力粉・粉糖・いりごま	りんごジュース・だいこん・みずな・ごぼう・にんじん・きゅうり・柑橘類
28	金	若布ごはん なめこ汁 洋風かきあげ キャベツと塩昆布のお浸し 煮豆 果物(バナナ)	牛乳 菓子 ジャムサンド 牛乳 菓子	普通牛乳・絹ごし豆腐・みそ・削り節・煮干し・ロースハム・うずら豆	あられ・精白米・天ぷら粉・調合油・ごま油・三温糖・食パン	なめこ・長ねぎ・たまねぎ・青ピーマン・にんじん・冷凍コーン・キャベツ・塩昆布・バナナ・いちごジャム
29	土	ミートソーススパゲティ 若布スープ グリーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子 炊き込みご飯 麦茶 牛乳 菓子	普通牛乳・鶏ひき肉・ぶたひき肉・パルメザンチーズ・ヨーグルト・若鶏もも皮なし	あられ・マカロニ・スパゲティ・有塩バター・三温糖・調合油・いりごま・精白米	にんにく・セロリー・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマトホール缶詰・トマトケチャップ・塩わかめ・長ねぎ・キャベツ・きゅうり・乾しいたけ
31	月	ご飯 ドライビーンズ オニオンスープ オリエンタルサラダ 果物(柑橘類)	牛乳 菓子 じゃが芋の味噌焼き 牛乳	普通牛乳・大豆水煮缶詰・ぶたひき肉・まぐろ油漬缶詰・みそ	あられ・精白米・調合油・三温糖・コーンフレーク・ごま油・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・トマトホール缶詰・にんにく・しょうが・トマトケチャップ・にら・キャベツ・きゅうり・柑橘類

★マークは新メニューです。
新レンコンを使用した
根菜サラダになっています。

