

5がつのこんだて



2024年度 いしだほいくえん 普通食

日にち	献立名	食 材	おやつ	日にち	献立名	食 材	おやつ
月 13 27	ごはん 鶏の照り焼き 春キャベツサラダ みそ汁	ごはん 鶏肉・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 春キャベツ・コーン・人参 砂糖・醤油・酢・油 玉ねぎ・じゃが芋・えのき・だし・みそ	ポテトもち/昆布 じゃが芋・片栗粉・油 砂糖・醤油 /昆布・油・塩	月 お楽しみ献立 20	新玉ごはん カレイのムニエル 春のポテトサラダ スープ フルーツ	ごはん・新玉ねぎ・洋風だし・塩・オリーブ油 カレイ・小麦粉・バター・塩 新じゃが芋・人参・スナップエンドウ・マヨドレ 春キャベツ・コーン・洋風だし いちご	フルーツ白玉 白玉粉・豆腐・砂糖 バナナ・みかん缶・パイナップル りんごジュース
火 14 28	ごはん もやしたっぷりつくね ごま和え 若竹汁	ごはん 豚ミンチ・もやし・生姜・片栗粉・塩 中華だし・ごま油 ほうれん草・人参・油揚げ・ごま・醤油・砂糖 たけのこ・わかめ・だし・醤油・みりん	お好み焼き お好み焼き粉・キャベツ ねぎ・ちくわ・かつお節 ソース	火 7 21	ごはん ふきと豚肉のみそ炒め 中華きゅうり すまし汁	ごはん ふき・豚肉・人参・つきこんにやく もやし・みそ・みりん・砂糖 きゅうり・ごま・ごま油・砂糖・醤油 豆腐・小松菜・だし・醤油・みりん	ジャムサンド 7日クラッカー・いちごジャム 21日食パン・いちご レモン・砂糖
水 1 15 29	ポークカレー こんにゃくサラダ フルーツ	ごはん・豚肉・玉ねぎ・人参・南瓜 じゃが芋・カレールウ こんにゃく・切干大根・キャベツ・人参 醤油・砂糖・マヨドレ オレンジ	麩のラスク 麩・砂糖・バター 19日 おかし	水 8 22	ごはん チキンピーンス ほうれん草サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉・大豆・玉ねぎ・人参・じゃが芋 洋風だし・ケチャップ・ソース・砂糖 ほうれん草・ハム・コーン・酢・砂糖・醤油・油 しめじ・絹揚げ・だし・みそ	小豆クッキー 小麦粉・バター 小豆・砂糖
木 2 16 30	ごはん 高野豆腐と野菜煮 添え野菜 みそ汁	ごはん 高野豆腐・鶏肉・人参・大根 だし・醤油・砂糖・みりん スナップエンドウ・塩 ひい・ほうれん草・だし・みそ	28日のほりホットケーキ ホットケーキミックス・牛乳 メープルシロップ・ココアパウダー 16・30日ごまスコーン ホットケーキミックス・油・豆乳・砂糖・ごま	木 9 23	ごはん 煮魚 酢の物 みそ汁	ごはん サバ・生姜・醤油・砂糖・酒 ひじき・人参・きゅうり・キャベツ 酢・砂糖・醤油 玉ねぎ・南瓜・だし・みそ	コーン蒸しパン/そら豆 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 コーン・牛乳・油 /そら豆・塩
金 17 31	グリーンピースごはん 鮭の塩焼き 海苔和え みそ汁	ごはん・グリーンピース・塩・昆布(だし用) 鮭・塩 小松菜・白菜・人参 醤油・砂糖・海苔 さつま芋・玉ねぎ・ねぎ・だし・みそ	黒糖ういろう/煮干し 小麦粉・上新粉 黒糖 /煮干し	金 10 24	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ	うどん・油揚げ・玉ねぎ・人参・小松菜 だし・醤油・砂糖・みりん ちくわ・てんぷら粉 青のり・油 バナナ	たけのこごはんおにぎり 米・たけのこ 人参・油揚げ だし・醤油・みりん
土 18	ウインナーピラフ スープ フルーツ	米・ウインナー・玉ねぎ・人参 マッシュルーム・バター・洋風だし・塩 キャベツ・コーン 洋風だし バナナ	おかし ビスケット 昆布	土 11 25	ハヤシライス ピクルス フルーツ	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ ハヤシルウ きゅうり・人参 酢・砂糖・塩 りんご	おかし せんべい クラッカー
<p>今月のお楽しみ献立は「春らんまんメニュー」です☆ 春が旬の食材をたくさん使っています。 新たまねぎ・カレイ・すなっぺえんどう・はるきゅべつ・新じゃがいも・いちご・たけのこ</p>							

※おやつの際に牛乳を飲みます。(乳児80ml 幼児100ml)

★だしは、カツオ・こんぶでとっています。

栄養給与目標値

乳児420kcal・幼児570kcal

(完全給食 おやつを含む)

*やむをえずメニュー変更する

時があるかもしれません