

給食献立表

2024年 5月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	水	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	はちみつれもんゼリー せんべい	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐 角ハム	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん カットわか め コーン缶詰 白菜	490	14.06	11.10	
2	木	ヤクルト	野菜ラーメン 餃子 オレンジ	くまさんケーキ 幼児りんご	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 卵 牛乳	ラーメン ごま油 調合油 ホットケーキミックス 上 白糖 有塩バター	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ コーン缶詰 オレ ンジ 幼児りんご	514	14.32	14.20	
7	火	ヤクルト	ご飯 カレイのねぎ味噌漬 野菜サラダ ふ りかけ 味噌汁	マリービスケット ココア	ヤクルト カレイ アブカレイねぎ味噌漬 角ハム かたくちいわし 牛乳	精白米 観世ふ	キャベツ きゅうり にんじん こまつな	530	22.72	11.84	
8	水	ヤクルト	たけのこご飯 揚げシュウマイ ほうれん草と ひじきの胡麻和え すまし汁	ハッピーターン 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 油揚げ 木綿豆腐 えびボー ル	三温糖 精白米 調合油 すりごま 上白糖	たけのこ にんじん いんげん ほうれんそう もやし ひじき カット わかめ ねぎ まこんぶ	498	16.14	17.43	
9	木	牛乳	肉味噌スパゲティ オレンジ スープ	肉まん 麦茶	牛乳 ぶたひき肉	スパゲティ 調合油 上白糖 片栗粉	たまねぎ にんじん あさつき オレンジ もやし なら しいたけ	566	22.89	10.49	
10	金	牛乳	ジャンバラヤ シーザーサラダ スープ	かつぱえびせん アップル&キャロット	牛乳 ポークウインナ パルメザンチーズ	調合油 精白米 クルトン	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン コーン缶詰 レタス きゅうり にん じん こまつな えのきたけ	446	7.06	11.25	
11	土	ヤクルト	焼きうどん オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン なんと	うどん	ねぎ しいたけ えのきたけ にんじん オレンジ カットわかめ 白 菜	472	11.32	8.68	
13	月	牛乳	ご飯 コロッケ 海藻サラダ 味噌汁	ソフトサラダ カルピス	牛乳 かたくちいわし カルピス	精白米 調合油	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん えのきたけ	489	9.74	12.25	
14	火	ヤクルト	豆ごはん 鮭の照り焼き マカロニサラダ 僧 兵汁	ミニたい焼き 牛乳	ヤクルト 生鮭 角ハム 豚小間肉 牛乳	精白米 マカロニ さといも	グリーンピース きゅうり にんじん 白菜 ねぎ 干しいたけ	455	21.01	10.42	
15	水	牛乳	焼肉丼 ひじきサラダ スープ	ベジタべる 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 豚もも肉 ちくわ なんと	調合油 精白米	たまねぎ もやし なら にんじん ひじき きゅうり カットわかめ	465	13.48	12.12	
16	木	ヤクルト	きつねうどん 揚げシュウマイ オレンジ	菜めしおにぎり 麦茶	ヤクルト なんと 油揚げ	うどん 三温糖 調合油 いらごま 精白米	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ 菜めし	691	18.15	12.83	
17	金	牛乳	ツナカレーライス 福神漬 ブロッコリーサ ラダ スープ	プリン 麦茶	牛乳 ツナ 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 福神漬 ブロッコリー きゅうり キャベツ ぶ なしめじ	487	12.77	14.50	
18	土	ヤクルト	塩焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉 卵	焼きそば麺 調合油 ごま油 片栗粉	キャベツ にんじん もやし なら パナナ あさつき	479	11.68	15.18	
20	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ レタスサラダ 味 噌汁	オニオンブレッド 麦茶	牛乳 かたくちいわし 卵 角ハム チーズ	精白米 調合油 観世ふ ホットケーキミックス	レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん	461	11.90	13.70	
21	火	ヤクルト	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	とうふドーナツ 麦茶	ヤクルト めかじき 角ハム 木綿豆腐 かたくち いわし	精白米 三温糖 じゃがいも ホットケーキミック ス 上白糖 調合油	しょうが きゅうり にんじん なめこ ねぎ	507	19.31	15.32	
22	水	ヤクルト	チャーハン 餃子 中華きゅうり スープ	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト 焼き豚 なんと 卵	調合油 ごま油 精白米 上白糖	にんじん ねぎ きゅうり カットわかめ えのきたけ コーン缶詰	447	12.15	15.68	
23	木	ヤクルト	味噌ラーメン 肉だんごのもち米蒸し オレ ンジ	アスパラガス 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉	ラーメン	もやし なら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	517	18.12	14.54	
24	金	牛乳	ハヤシライス チーズサラダ スープ	フルーツパンチ	牛乳 豚小間肉 チーズ 卵	調合油 精白米 上白糖 ごま油	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ グリーンピース キャベツ きゅうり にんじん こまつな みかん もも	450	11.46	13.89	
25	土	ヤクルト	ナポリタン オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	にんじん たまねぎ ピーマン オレンジ コーン缶詰 こまつな	410	12.69	9.44	
27	月	ヤクルト	ご飯 鶏肉の照り焼き キャベツとひじきのサ ラダ ふりかけ 味噌汁	おととつと オレンジジュース	ヤクルト とりもも肉 ツナ かたくちいわし	精白米 上白糖	しょうが キャベツ にんじん ひじき コーン缶詰 たまねぎ ぶなし めじ	537	18.39	13.85	
28	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	原宿ドック 麦茶	牛乳 からすかえい 卵 さつま揚げ 油揚げ か たくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ 白菜 えのきたけ	428	17.60	6.24	
29	水	ヤクルト	わかめご飯 ボイルウインナー 南瓜煮 こし ね汁	チョコチップクッキー 麦茶	ヤクルト ポークウインナ ちくわ 木綿豆腐 油揚 げ 卵	精白米 いらごま 三温糖 さといも 板こんにやく 調合油 薄力粉 無塩バター 上白糖	炊き込みわかめ かぼちゃ にんじん ねぎ 干しいたけ	645	18.43	22.82	
30	木	ヤクルト	チャンポンうどん ひじきと野菜の豆腐揚げ オレンジ	チーズ蒸しパン 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳 チーズ	うどん ごま油 ホットケーキミックス 上白糖 調合 油	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ 干しぶ どう	579	19.71	8.25	
31	金	牛乳	ポークカレーライス 福神漬 にしき和え ス ープ	堅あげポテト 麦茶	牛乳 豚小間肉 卵	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ きゅうり 白菜 コーン缶 詰	429	9.73	13.49	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	500	15.20	12.90