

給食献立表

2022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	
2	月	ヤクルト	ご飯 メンチカツ 野菜サラダ 味噌汁	サッポロポテト オレンジジュース	ヤクルト ハム かたくちいわし	精白米 調合油	キャベツ きゅうりにんじん 白菜 ぶなしめじ	496	12.50	11.51	
6	金	牛乳	ハッシュドビーフ 大根サラダ スープ	チーズ蒸しパン 麦茶	牛乳 豚かた肉 ハム チーズ	調合油 精白米 ホットケーキミックス 上白糖	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ だいこん きゅうりにんじん こまつな コーン缶詰 干しぶどう	519	13.14	16.07	
7	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	488	13.39	13.15	
9	月	牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き ふりかけにしき和え 味噌汁	フランクフルト 麦茶	牛乳 とりもも肉 卵 かたくちいわし ポークフ ランク	精白米 上白糖	しょうが キャベツ きゅうりにんじん たまねぎ ぶなしめじ	479	21.26	16.97	
10	火	ヤクルト	たけのこご飯 鮭の西京焼き ほうれん草の 胡麻和え すまし汁	海老せんべい 幼児りんご	ヤクルト ぶたひき肉 油揚げ 生鮭 木綿豆腐 えびボール	三温糖 精白米 すりごま 練りごま 上白糖	たけのこ にんじん いんげん ほうれんそう カットわかめ ねぎ まこんぶ 幼児りんご	532	22.83	13.68	
11	水	牛乳	焼肉丼 ひじきサラダ スープ	原宿ドック 麦茶	牛乳 豚もも肉 ちくわ	調合油 精白米	たまねぎ もやし にら にんじん ひじき きゅうり こまつな えのき たけ コーン缶詰	427	14.15	11.82	
12	木	ヤクルト	野菜ラーメン 餃子 オレンジ	オニオンブレッド 麦茶	ヤクルト 豚かた肉 細切り蒲鉾 卵 牛乳 ハム チ ーズ	ラーメン ごま油 調合油 ホットケーキミックス	にんじん たけのこ キャベツ もやし にら ねぎ コーン缶詰 オレ ンジ たまねぎ	438	15.68	14.64	
13	金	牛乳	ポークカレーライス 福神漬 チーズサラダ スープ	さやえんどう 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 豚かた肉 チーズ なんと	じゃがいも 調合油 精白米 上白糖 ごま油	たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ きゅうり カットわかめ 白 菜	534	12.80	15.58	
14	土				うどんかい						
16	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ レタスサラダ 味 噌汁	バナナ ヨーグルト	牛乳 かたくちいわし ヨーグルト	精白米 調合油	レタス きゅうり コーン缶詰 だいこん にんじん ぶなしめじ バナ ナ	446	11.15	9.42	
17	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 ふりかけ 味噌汁	ココア蒸しパン 幼児牛乳	ヤクルト からすかはい 卵 さつま揚げ 油揚げ かたくちいわし 牛乳 幼児牛乳	精白米 薄力粉 三温糖 観世ふ ホットケーキミッ クス 上白糖 調合油	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ たまねぎ えのきたけ	549	22.94	11.71	
18	水	ヤクルト	三色ご飯 揚げシューマイ 五色和え 味噌汁	ベジタべる 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 卵 かつお節 木綿豆腐 か たくちいわし	三温糖 精白米 調合油	にんじん 小松菜 もやし ぶなしめじ コーン缶詰 ねぎ カットわか め	473	17.57	16.22	
19	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	ミニたい焼き 麦茶	ヤクルト 豚かた肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油	にんじん たけのこ キャベツ もやし にら ねぎ オレンジ	431	15.87	2.90	
20	金	ヤクルト	ビーフストロガノフ ミモザサラダ スープ	フルーツパンチ	ヤクルト 豚もも肉 牛乳 卵 ハム	調合油 精白米 じゃがいも 上白糖	たまねぎ マッシュルーム にんじん きゅうり 白菜 コーン缶詰 み かん もも	514	13.36	14.89	
21	土	ヤクルト	焼きそば バナナ スープ		ヤクルト 豚もも肉 なんと	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし バナナ カットわかめ ねぎ	426	11.34	10.86	
23	月	牛乳	菜めしご飯 肉だんごのもち米蒸し 海藻サ ラダ 味噌汁	レアチーズ 星食べよ	牛乳 かたくちいわし 動物チーズ	いりごま 精白米	菜めし 海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 キャベツ たまねぎ にんじん	412	12.47	13.45	
24	火	ヤクルト	ご飯 かじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	パームクーヘン アップル&キャロット	ヤクルト めかじき ハム 油揚げ かたくちいわし	精白米 三温糖 マカロニ	しょうが きゅうりにんじん だいこん	486	15.96	10.60	
25	水	ヤクルト	チャーハン 餃子 中華きゅうり スープ	マリービスケット 牛乳	ヤクルト 焼き豚 なんと 卵 牛乳	調合油 ごま油 精白米 上白糖	にんじん ねぎ きゅうり こまつな えのきたけ コーン缶詰	531	15.35	18.90	
26	木	ヤクルト	スパゲティミートソース オレンジ スープ	アメリカンドック 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ 卵 魚肉 ソーセージ	スパゲティ 調合油 片栗粉 ホットケーキミックス	マッシュルーム たまねぎ にんじん オレンジ コーン缶詰 こまつ な	546	22.28	20.76	
27	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 豚かた肉 ハム 卵	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 こまつな	500	13.92	15.51	
28	土	ヤクルト	五目うどん バナナ 動物チーズ		ヤクルト なんと 動物チーズ	うどん	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ バナナ	516	10.87	8.67	
30	月	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 おとつと	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐 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 えのきたけ 白菜	496	14.08	11.12	
31	火	牛乳	わかめご飯 ボイルウィンナー 南瓜煮 味噌 汁	アンパンマン揚げせんべい 麦茶	牛乳 ポークウィンナ 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 いりごま 三温糖	炊き込みわかめ かぼちゃ なめこ ねぎ	473	15.97	16.73	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	466	14.73	12.83