

駒形こども園 5月予定献立表 R2. 4. 22(水)									
日	曜日	10時	主食	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	備考
1	金	せんべい	ふりかけごはん	かにかまスープ,鶏肉のチーズ焼き, ツナ入りスパゲッティ・サラダ,プチトマト	牛乳,今川焼き	かに風味かまぼこ,鶏もも 皮なし 成鶏,チーズス プレッド,ツナ缶詰 油漬フレークホワイト,普通牛 乳	はいが精米,マカロニ・スパゲッティ	たまねぎ,コーン缶詰 ホール,あさつき,にんじ ん,きゅうり,ミニトマト	
2	土	乳酸菌りんごジュース	スパゲッティ・ ミートソース	牛乳,スパゲッティ・ミートソース,バナナ,ヨーグルト	麦茶,えびせん	普通牛乳,豚ひき肉,パルメザンチーズ,普通ヨー グルト	マカロニ・スパゲッティ,調合サラダ油	たまねぎ,にんじん,トマト缶詰 ホール,にんに く,バナナ	完全給食
7	木	クラッカー	わかめごはん	野菜スープ,わかめごはん,こいのぼりハンバーグ, ブロッコリーのツナあえ,プチトマト	牛乳,柏餅,せんべい	ツナ缶詰 油漬フレークライト,普通牛乳	はいが精米,マヨドレ,ごま油	にら,にんじん,もやし,カットわかめ,れんこん, きゅうり,グリーンピース ゆで,ブロッコリー,ミニト マト	こいのぼりランチ 完全給食
8	金	ミレービスケット	食パン	麦茶,クリームシチュー,わかめのサラダ,バナナ	牛乳,ひじきおにぎり	若鶏もも 皮なし,ベーコン,普通牛乳,かに風味か まぼこ	食パン 市販,じゃがいも,調合サラダ油,はるさ め,三温糖,ごま油,はいが精米	にんじん,たまねぎ,ぶなしめじ,グリーンピース 冷凍,乾燥わかめ,きゅうり,バナナ,ほしひじき	
9	土	乳酸菌りんごジュース	カレーうどん	牛乳,カレーうどん,バナナ,ヨーグルト	麦茶,せんべい	普通牛乳,鶏もも 皮なし 成鶏,油揚げ,普通ヨー グルト	うどん ゆで	たまねぎ,にんじん,バナナ	同意会「こまぼこの会」 完全給食
11	月	ヨーグルト	わかめごはん	きのこ豆腐のすまし汁,豚肉のみそ焼き,かぼちゃのサラダ, プチトマト	牛乳,たい焼き, せんべい	普通ヨーグルト,木綿豆腐,さば節,豚もも 赤肉,ブ ロセスチーズ,普通牛乳	はいが精米,調合サラダ油,三温糖,マヨドレ	カットわかめ,えのきたけ,ぶなしめじ,たまね ぎ,日本かぼちゃ,きゅうり,レーズン,ミニトマト	
12	火	ミレービスケット	ごはん	牛乳,ハヤシ,大豆サラダ,プチトマト	麦茶,チキンナゲット	普通牛乳,豚もも 赤肉,クリーム 植物性脂肪,だい ず水煮缶詰,プロセスチーズ	はいが精米,じゃがいも,調合サラダ油	にんじん,たまねぎ,グリーンピース 冷凍,きゅう り,コーン缶詰 ホール,ミニトマト	
13	水	せんべい	ごはん	麦茶,中華風旨煮,ナムル,バナナ	牛乳,豆腐ドーナツ	生揚げ,豚ひき肉,普通牛乳,木綿豆腐	はいが精米,調合サラダ油,三温糖,片栗粉,ご ま油,ホットケーキミックス	にんじん,たまねぎ,ピーマン,きゅうり,もやし,パ ナナ	
14	木	クラッカー	桜ごはん	五目汁,かじきの変わり西京焼き,納豆和え,プチトマト	牛乳,ジャムサンド	木綿豆腐,さば節,めかじき,挽きわり納豆,普通牛 乳	はいが精米,マヨドレ,三温糖,食パン 市販,ソフ トタイプマーガリン	まこんぶ,だいこん,にんじん,根深ねぎ,ごぼう, ほうれん草 冷凍,ミニトマト,いちごジャム 低 糖度	
15	金	ミレービスケット	ごま塩ごはん	コーンクリームスープ,鶏肉の竜田揚げ,そら豆のホクホクサラダ, プチトマト	牛乳, マカロニあべかわ	調製豆乳,若鶏もも 皮なし,そらまめ乾,ハム ロー ス,普通牛乳,きな粉	はいが精米,豆乳でつくったコーンスープ,片 栗粉,調合サラダ油,じゃがいも,マカロニ・スパ ゲッティ,三温糖	コーン缶詰 ホール,しょうが,にんにく,にんじ ん,ミニトマト	
16	土	乳酸菌りんごジュース	三色丼	牛乳,三色丼,バナナ,ヨーグルト	麦茶,揚げせんべい	普通牛乳,豚ひき肉,普通ヨーグルト	はいが精米,バター,調合サラダ油,三温糖	コーン缶詰 ホール,しょうが,ほうれん草 冷凍, バナナ	完全給食
18	月	ヨーグルト	ごはん	豚汁,しゅうまい,ひじき煮,塩きゅうり,プチトマト	牛乳,小倉サンド	普通ヨーグルト,豚もも 脂身なし,木綿豆腐,さば 節,油揚げ,だいず水煮缶詰,普通牛乳,つぶしあん (あずき)	はいが精米,こんにやく,調合サラダ油,三温糖, 食パン 市販,バター	だいこん,にんじん,ほしひじき,きゅうり,ミニト マト	
19	火	ミレービスケット	食パン	野菜スープ,エビグラタン,ポイルウインナー, ブロッコリーのおかかあえ,プチトマト	牛乳,ホットケーキ	しばえび,鶏もも 皮なし 成鶏,普通牛乳,パルメザ ンチーズ,ソーセージ ウインナー,かつお節,脱脂 粉乳	食パン 市販,マカロニ・スパゲッティ,薄力粉 1 等,バター,パン粉,調合サラダ油,ごま油,ホッ トケーキミックス,メープルシロップ	だいこん,にんじん,もやし,たまねぎ,マッシュ ルーム 水煮缶詰,ブロッコリー,コーン缶詰 ホール,ミニトマト	
20	水	クラッカー	ごはん	えのきのみそ汁,鮭の照り焼き,チーズ納豆,青菜のいそ和え, プチトマト	牛乳,カリカリトースト	木綿豆腐,さば節,さけ,挽きわり納豆,しらす干し半 乾燥品,プロセスチーズ,普通牛乳,ベーコン	はいが精米,食パン 市販	えのきたけ,根深ねぎ,あさつき,ほうれん草 冷 凍,焼きのり,ミニトマト	
21	木	せんべい	ごはん	牛乳,マーボ豆腐,春雨サラダ,バナナ	プリンアラモード, クラッカー	普通牛乳,豚ひき肉,木綿豆腐,ハム ロース,クリ ム 植物性脂肪	はいが精米,調合サラダ油,和三盆糖,片栗粉,緑豆 はるさめ,三温糖,ごま油	根深ねぎ,干しいたけ,しょうが,にんにく,にん じん,きゅうり,もやし,バナナ,みかん缶詰 果肉	
22	金	ミレービスケット	スパゲッティ・ ミートソース	野菜スープ,スパゲッティ・ミートソース,エビフライ,コールスロー, ゼリー	牛乳,シュークリーム	ベーコン,豚ひき肉,パルメザンチーズ,ツナ缶詰 油漬フレークライト,普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ,調合サラダ油,マヨドレ, 三温糖	キャベツ,にんじん,もやし,たまねぎ,トマト缶詰 ホール,にんにく,ブロッコリー,コーン缶詰 ホ ール	お誕生会 完全給食
23	土	乳酸菌りんごジュース	焼きうどん	牛乳,焼きうどん,バナナ,ヨーグルト	麦茶,ビスケット	普通牛乳,豚もも 赤肉,油揚げ,削り節,普通ヨー グルト	うどん ゆで,ごま油	にんじん,たまねぎ,キャベツ,バナナ	完全給食
25	月	ヨーグルト	わかめごはん	ワンタンスープ,チキンカツ,大阪風サラダ,プチトマト	牛乳,クリームパン	普通ヨーグルト,鶏ささ身 成鶏,ツナ缶詰 油漬フ レークホワイト,削り節,普通牛乳,クリーム 植物性 脂肪	はいが精米,ぎょうざの皮,ごま油,薄力粉 1 等,パン粉,調合サラダ油,マヨドレ,食パン 市 販	カットわかめ,もやし,根深ねぎ,にら,にんじん, ほうれん草,ミニトマト,みかん缶詰 果肉	
26	火	ミレービスケット	食パン	きのこスープ,煮込みハンバーグゆで野菜,バナナ	牛乳,二色おにぎり	牛ひき肉,豚ひき肉,調製豆乳,普通牛乳	食パン 市販,パン粉,三温糖,じゃがいも,はい が精米	えのきたけ,ほんしめじ,まいたけ,たまねぎ,に んじん,ブロッコリー,バナナ	
27	水	クラッカー	ひじきごはん	五目みそ汁,かじきのさっぱり甘酢ソース,もやしの小魚和え, プチトマト	牛乳, チーズ蒸しパン	油揚げ,さば節,めかじき,しらす干し半乾燥品,普 通牛乳,プロセスチーズ,脱脂粉乳	はいが精米,片栗粉,調合サラダ油,三温糖,ご ま,ホットケーキミックス	ほしひじき,にんじん,たまねぎ,ぶなしめじ,ご ぼう,だいこん,もやし,きゅうり,ミニトマト	
28	木	せんべい	ごはん	麦茶,厚揚げと豚肉のかき油あん,マカロニサラダ,プチトマト	牛乳,フライドポテト	生揚げ,豚もも 脂身なし 中型種,ハム ロース,普 通牛乳	はいが精米,ごま油,三温糖,片栗粉,マカロニ・ スパゲッティ,じゃがいも,調合サラダ油	にんじん,たまねぎ,キャベツ,えのきたけ,ぶな しめじ,にんにく,きゅうり,ミニトマト	
29	金	ミレービスケット	ごはん	牛乳,ポークカレー,フルーツサラダ,ポイルウインナー,福神漬	麦茶,きな粉団子	普通牛乳,豚もも 赤肉,プレーンヨーグルト,ソー セージ ウインナー,きな粉	はいが精米,じゃがいも,調合サラダ油,上新 粉,三温糖	にんじん,たまねぎ,バナナ,みかん缶詰 果肉, パインアップル缶詰,もも缶詰 果肉,だいこん 福神漬	
30	土	乳酸菌りんごジュース	焼きそば	牛乳,焼きそば,バナナ,ヨーグルト	麦茶,せんべい	普通牛乳,豚ひき肉,普通ヨーグルト	中華めん ゆで,調合サラダ油	キャベツ,もやし,にんじん,ピーマン,生しいた け,あおのり,しょうが 酢漬,バナナ	完全給食

期間平均 3歳未満児 エネルギー517kcal タンパク質19.8g 脂質16.1g 塩分1.8g
期間平均 3歳以上児 エネルギー585kcal タンパク質22.8g 脂質18.2g 塩分2.0g(3歳以上児はごはん100gで計算してあります。)