

5月給食だより

平成29年度 はなぶさ保育園

日	曜日	10じおやつ	こんだて	15じおやつ	あか:血や肉になる	き:熱や力となる	みどり:調子を整える	エネルギー	たんぱく質
1	月	牛乳 バナナ	牛丼 胡瓜とわかめの酢の物のつべい汁	スキムミルク ピザトースト	牛もも肉・しらす・木綿豆腐 魚肉ソーセージ・チーズ 脱脂粉乳	精白米・サラダ油・砂糖 里芋・食パン	玉ねぎ・人参・長葱・胡瓜 わかめ・もやし・ごぼう・大根 葉ねぎ・ピーマン・ケチャップ	503	23.4
2	火	牛乳 さつま芋の きなこ和え	☆子どもの日メニュー☆ こいのぼりライス ポパイサラダ コーンスープ	麦茶 かしわ餅 (三歳未満児: ゼリー)	牛乳・鶏もも肉・ツナ缶 チーズ・木綿豆腐・卵	精白米・サラダ油・砂糖 マーガリン・じゃが芋 マヨネーズ・上新粉	人参・玉ねぎ・マッシュルーム ケチャップ・ほうれん草 コーン	473	14.7
5/3~5/5 ゴールデンウィーク									
6	土	麦茶 ヨーグルト	塩焼きそば さっぱりサラダ じゃが芋の味噌汁	牛乳 南瓜クッキー	豚バラ肉・かまぼこ・味噌 脱脂粉乳	中華麺・サラダ油・砂糖 じゃが芋・薄力粉	人参・玉ねぎ・キャベツ 大根・胡瓜・青ピーマン・しそ もやし・わかめ・葉ねぎ・南瓜	395	17
8	月	牛乳 りんご	☆郷土料理の日(福島県) ☆ わかめごはん こづゆ 7きなしい	スキムミルク クリームボックス	鶏もも肉・高野豆腐・油揚げ 牛乳・脱脂粉乳・生クリーム バター	精白米・里芋・白滝・食パン バター・練乳	わかめ・人参・大根・ごぼう 干し椎茸・葉ねぎ	527	21.4
9	火	牛乳 一口パン	ハヤシライス スパゲッティサラダ フルーツポンチ	牛乳 スイートポテト	牛もも肉・卵・ロースハム 脱脂粉乳	精白米・スパゲッティ・砂糖 サラダ油・マヨネーズ さつま芋・マーガリン	玉ねぎ・人参・マッシュルーム グリーンピース・胡瓜・キャベツ バナナ・もも缶・みかん缶・りんご	620	18.9
10	水	麦茶 チーズ	ごはん 魚の竜田揚げ 大豆の五目煮 たけのこのすまし汁	スキムミルク オレンジゼリー	白身魚・大豆・牛乳・ゼラチン	精白米・砂糖・片栗粉 サラダ油・板こんにやく	人参・ごぼう・いんげん 大根・たけのこ・玉ねぎ 青ねぎ・オレンジジュース	411	19.2
11	木	牛乳 きなこ南瓜	ごはん チーズハンバーグ チキンサラダ 味噌汁	スキムミルク 抹茶の パウンドケーキ	豚ひき肉・牛ひき肉・卵 牛乳・チーズ・鶏ささみ 厚揚げ・味噌・脱脂不運乳	精白米・サラダ油・パン粉 マーガリン・マヨネーズ ホットケーキミックス	玉ねぎ・ケチャップ・人参 ほうれん草・キャベツ 小松菜・もやし	507	22.8
12	金	麦茶 みかんヨーグルト	卵とじうどん ポテトサラダ 鮭青菜おにぎり	スキムミルク なんちゃって アップルパイ	鶏もも肉・卵・脱脂粉乳	うどん・じゃが芋・さつま芋 マヨネーズ・精白米 サラダ油・ぎょうざの皮	人参・玉ねぎ・ほうれん草 胡瓜・りんご	491	18.7
13	土	牛乳 一口パン	卵サンド キャベツとベーコンのスープ バナナ	牛乳 じゃが芋のおやき	卵・ベーコン・チーズ	ロールパン・マヨネーズ マーガリン・じゃが芋 片栗粉	キャベツ・えのき・人参 小松菜・バナナ・コーン ケチャップ	467	18.7
15	月	牛乳 オレンジ	チキンドリア ほうれん草のしらす和え 玉ねぎスープ	スキムミルク ココアクッキー	鶏もも肉・チーズ・牛乳 しらす・脱脂粉乳	精白米・バター・薄力粉 パン粉・砂糖・ごま・サラダ油	玉ねぎ・人参・しめじ・キャベツ ほうれん草・コーン	483	19
16	火	麦茶 チーズ	ごはん 鮭の塩焼き じゃが芋の煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 ジャムバターサンド	鮭・鶏ひき肉・油揚げ 味噌・脱脂粉乳	精白米・じゃ顔も・サラダ油 食パン・マーガリン	人参・玉ねぎ・いんげん キャベツ・青ねぎ イチゴジャム	466	23.2
17	水	牛乳 バナナ	ミルクパン 野菜ラーメン ハムサラダ	スキムミルク 卵蒸しケーキ	豚バラ肉・うずらの卵 ロースハム・脱脂粉乳・卵	中華麺・マヨネーズ ミルクパン・砂糖・サラダ油 ホットケーキミックス	長葱・もやし・キャベツ・にら 人参・ほうれん草	587	24.9
18	木	 お誕生会			かしわごはん ポテトサラダ さつま汁 季節のデザート	—	—	—	—
19	金	牛乳 みかん缶	ごはん ドライカレー風炒り豆腐 金平れんこん けんちん汁	スキムミルク さつま芋のガレット	木綿豆腐・豚ひき肉・味噌 鶏もも肉・チーズ・卵 脱脂粉乳	精白米・サラダ油・砂糖 白滝・ごま油・ごま・里芋 さつま芋・バター・ホットケーキミックス	人参・玉ねぎ・青ピーマン ケチャップ・れんこん いんげん・大根・ごぼう	627	24.4
20	土	麦茶 チーズ	他人丼 ひじきサラダ りんご	牛乳 豆腐ドーナツ	豚バラ肉・卵・ツナ缶 絹ごし豆腐・きな粉・牛乳	精白米・サラダ油・砂糖 マヨネーズ・ごま ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参・しめじ・青ねぎ ひじき・切干大根・胡瓜 りんご	508	16.8
22	月	牛乳 オレンジ	ピラフ レバーのケチャップ煮 お野菜スープ	スキムミルク ポパイチーズケー キ	豚ひき肉・豚レバー・味噌 チーズ・卵・脱脂粉乳	精白米・片栗粉・砂糖 サラダ油 ホットケーキミックス	青ピーマン・赤ピーマン・人参 コーン・キャベツ・玉ねぎ ほうれん草・ケチャップ	441	20.4
23	火	牛乳 さつま芋バター	焼きうどん さつま芋と胡瓜の酢の物 豆腐の味噌汁	麦茶 バナナヨーグルト	豚バラ肉・かまぼこ・味噌 木綿豆腐・ヨーグルト	うどん・サラダ油	もやし・キャベツ・玉ねぎ 人参・青ピーマン・トマト 胡瓜・小松菜・えのき・バナ ナ	422	13.4
24	水	牛乳 りんご	ごはん 魚のエスカベーション 炒り卵サラダ 味噌汁	スキムミルク フロランタン風	白身魚・卵・油揚げ・味噌 生クリーム・脱脂粉乳	精白米・薄力粉・サラダ油 砂糖・食パン・マーガリン スライスアーモンド	玉ねぎ・人参・小松菜・胡瓜 キャベツ・ほうれん草・青ね ぎ	526	17.4
25	木	愛情弁当の日			—	—	—	—	—
26	金	牛乳 チーズ	食パン(いちごジャム) スコッチエッグ ミネストローネ	麦茶 かつお節 おにぎり	豚ひき肉・牛ひき肉・卵 うずらの卵・ウィンナー・大豆	食パン・パン粉・マカロニ オリーブオイル・砂糖 精白米・ごま油	いちごジャム・玉ねぎ・人参 ケチャップ・グリーンピース トマトホール	409	17.2
27	土	親子遠足			—	—	—	—	—
29	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 白身魚の西京焼き 高野豆腐の煮物 あおさ汁	スキムミルク ぶどうゼリー	鮭・味噌・高野豆腐・鶏ひき 肉 グリーンピース・木綿豆腐 ゼラチン・脱脂粉乳	精白米・砂糖・じゃが芋 サラダ油	人参・あおさのり・人参 じゃが芋・グリーンピース ぶどうジュース	390	22.1
30	火	牛乳 バナナ	☆鹿児島県の郷土料理☆ ごはん 豚骨風煮 中華風酢の物	牛乳 さつまボーロ	豚バラ肉・味噌・卵	精白米・サラダ油・砂糖 ごま・ごま油・薄力粉	大根・人参・ごぼう・胡瓜 もやし・ほうれん草	616	17.6
31	水	牛乳 きなこ南瓜	クロワッサン ナポリタン 肉団子スープ	スキムミルク (ミロ入り) スコーン	肉団子・ベーコン・脱脂粉乳	クロワッサン・スパゲッティ オリーブオイル・春雨 ごま油・バター・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参・青ピーマン エリンギ・ケチャップ チンゲン菜	512	16.3

