

# 2019年5月 献立表

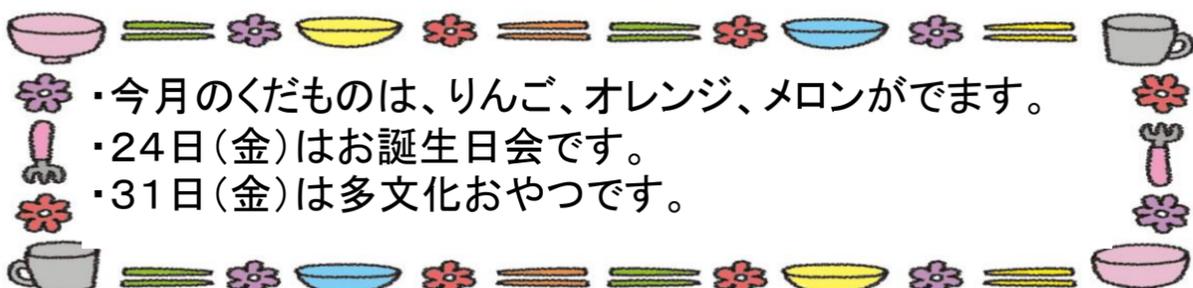


# かんのん町保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	天皇の即位の日					
2	木	国民の休日					
3	金	憲法記念日					
4	土	みどりの日					
5	日	こどもの日					
6	月	振り替え休日					
7	火	ポークカレー マカロニサラダ オレンジ	米粉黒糖蒸しパン 牛乳	米、じゃがいも 小麦粉、バター マカロニ エッグケアマヨネーズ 米粉、黒砂糖、油	豚小間肉 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、オレンジ	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース
8	水	ごはん 豚肉の甘酢ソテー ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(なめこ・ねぎ) オレンジ	ごまトースト 牛乳	米、油 砂糖、片栗粉 食パン、バター、ごま	豚小間肉 花鰹、白味噌 牛乳	玉ねぎ、干しいたけ 赤ピーマン、ピーマン にんじん、ブロッコリー なめこ、ねぎ、オレンジ	酢、しょう油 だし汁
9	木	ロールパン タンドリーチキン 野菜スティック キャベツスープ りんご	鮭チャーハン 牛乳	バターロール エッグケアマヨネーズ 米、ごま油、ごま	鶏もも肉 プレーンヨーグルト 白味噌 鮭、ちりめん 牛乳	きゅうり、にんじん コーン、玉ねぎ、キャベツ りんご、ねぎ	カレー粉、ケチャップ 塩、コンソメ しょう油
10	金	ごはん 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 小松菜の納豆和え 清汁(えのき・わかめ) オレンジ	チキンナゲット 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ 油、砂糖、ごま油 パン粉	かれい、白味噌 挽き割り納豆、しらす 鶏ひき肉、木綿豆腐 牛乳	小松菜、にんじん、えのき わかめ、オレンジ 玉ねぎ	塩、しょう油 酢、だし汁 ケチャップ
11	土	ごはん じゃが芋のトマト煮 切干大根のナムル 味噌汁(キャベツ・コーン) オレンジ	ツナおにぎり 牛乳	米、じゃが芋 砂糖、油 ごま、ごま油	豚ひき肉 白味噌 ツナ缶 牛乳	たまねぎ、にんじん トマト缶、切干大根 きゅうり、キャベツ、コーン オレンジ	しょう油、酢 だし汁
12	日						
13	月	五目うどん 松風焼き じゃこサラダ オレンジ	チーズおかかおにぎり 牛乳	うどん ごま、パン粉 米、砂糖、油	鶏小間肉、ちくわ 木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌、ちりめん 花鰹、ダイスチーズ 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれん草 キャベツ、きゅうり、もやし オレンジ	だし汁、しょう油、塩 みりん、酢
14	火	ごはん かじきの磯部揚げ 五目煮豆 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	ナポリタン 牛乳	米 小麦粉 ごま、油、砂糖 じゃが芋、スパゲティ	かじき 大豆水煮、白味噌 豚ひき肉 牛乳	ひじき、にんじん、こんにやく いんげん、たまねぎ、りんご ピーマン、あおのり	みりん しょう油、塩 だし汁 コンソメ、ケチャップ
15	水	ジャムサンド 豆腐のミートグラタン ツナサラダ コンソメスープ(人参・もやし) メロン	しらすのまぜごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 小麦粉、油 米、ごま油、ごま	焼き豆腐、豚ひき肉 ピザ用チーズ ツナ缶 しらす 牛乳	玉ねぎ、きゅうり、キャベツ コーン、もやし、にんじん メロン、小松菜	塩、ケチャップ 酢、しょう油 コンソメ
16	木	ビビンバ丼 スパゲティサラダ 清汁(麩・わかめ) りんご	ココア蒸しパン 牛乳	米、ごま油、砂糖 スパゲティ エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	豚ひき肉、白味噌 麩 豆乳 牛乳	ほうれん草、にんじん 大根 キャベツ、きゅうり、わかめ りんご	しょう油、塩 酢、だし汁 ココアパウダー ベーキングパウダー

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料	調味料
---	---	-------	-------	----	-----

日	曜	食卓メニュー	パンの種類	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
17	金	ごはん 豚肉のしょうが焼き 切干大根の煮物 味噌汁(かぶ・えのき) オレンジ	黄な粉のパンケーキ 牛乳	米、砂糖 油 ホットケーキミックス 黒砂糖	豚小間肉 油揚げ、白味噌 豆乳、黄な粉 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、しょうが 切干大根、にんじん かぶ、かぶの葉、えのき オレンジ	しょう油、酒 みりん、だし汁
18	土	ごはん 高野豆腐と鶏肉の煮物 さつまいものレモン煮 味噌汁(もやし・油揚げ) りんご	フルーツゼリー 牛乳	米、油、砂糖 さつまいも 寒天	高野豆腐、鶏小間肉 油揚げ、白味噌 牛乳	にんじん、大根、いんげん もやし、りんご みかん缶、パイ缶 洋ナシ缶	しょう油、だし汁 塩、レモン汁
19	日						
20	月	ごはん 鶏肉のトマトソースがけ きゅうりの中華和え 味噌汁(切干大根・人参) りんご	のりチーズトースト 牛乳	米、小麦粉、油 砂糖、ごま油、ごま 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 ツナ缶、白味噌 牛乳 ピザ用チーズ	玉ねぎ、トマト缶 きゅうり、わかめ、コーン 切干大根、にんじん りんご、きざみのり	コンソメ、塩 酢、しょう油 だし汁
21	火	チキンカレー コールスローサラダ オレンジ	炒めビーフン 牛乳	米、じゃが芋 油、バター、小麦粉 ごま、ビーフン	鶏小間肉 豚小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、キャベツ、オレンジ もやし、ピーマン	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース 中華だし、しょう油
22	水	ロールパン ポークビーンズ もやしのナムル コンソメスープ(コーン、ねぎ、小松菜) オレンジ	わかめごはん 牛乳	バターロール、油 砂糖、ごま油 米	豚小間肉、大豆水煮 ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん もやし、きゅうり、コーン ねぎ、小松菜 わかめ、オレンジ	ケチャップ、コンソメ 塩、酢、しょう油 酒、みりん
23	木	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮豆 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご	豆腐ドーナツ 牛乳	米、油 砂糖、かぼちゃ ホットケーキミックス ざらめ糖	鮭、大豆水煮 油揚げ、白味噌 木綿豆腐 牛乳	ひじき、にんじん、こんにやく たまねぎ、りんご	塩、だし汁 しょう油
24	金	ゆかりごはん 鶏肉の照りマヨネーズ焼き ミックスベジタブルソテー 春雨スープ メロン	フルーツサンド 牛乳	米、砂糖 片栗粉、油 じゃが芋、春雨 食パン、ごま エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 生クリーム 牛乳	いんげん、にんじん コーン、小松菜、メロン パイ缶、みかん缶 ゆかり、しょうが	塩、コンソメ しょう油、酒 みりん
25	土	ごはん じゃが芋のカレー煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) オレンジ	大学芋 牛乳	米、じゃが芋 油 さつまいも、黒ごま 砂糖	豚小間肉 花鰹、白味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ ほうれん草、もやし、わかめ オレンジ	コンソメ、ケチャップ ウスターソース カレー粉 しょう油
26	日						
27	月	ごはん レバーのカレー揚げ きんぴらごぼう 味噌汁(大根・えのき) りんご	トマトとツナの Pasta 牛乳	米、片栗粉 砂糖、油 ごま スパゲティ	豚レバー 白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、たまねぎ ごぼう、こんにやく、絹さや 大根、りんご、えのき トマト缶、パセリ	カレー粉 しょう油、みりん だし汁、酒 コンソメ
28	火	ジャムサンド 鶏じゃがグラタン サワークラフト 豆乳スープ オレンジ	炊き込みご飯 牛乳	食パン、いちごジャム じゃが芋 油、パン粉 エッグケアマヨネーズ 砂糖、米	鶏小間肉 パルメザンチーズ 豆乳 油揚げ 牛乳	玉ねぎ、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり コーンクリーム缶、オレンジ しめじ	塩、酢、コンソメ しょう油、みりん 酒
29	水	ごはん かじきの甘酢あんかけ ほうれん草の磯部和え 清汁(ちくわ・ねぎ) オレンジ	黄な粉ボーロ 牛乳	米、油、砂糖 片栗粉 小麦粉、ごま	かじき、ちくわ 黄な粉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、もやし ねぎ、オレンジ	だし汁、しょう油、酢 塩、海苔佃煮 ベーキングパウダー
30	木	野菜うどん 鶏肉のつくね焼き 大豆サラダ メロン	ケチャップライス 牛乳	うどん、油、パン粉 エッグケアマヨネーズ 米	豚小間肉 鶏ひき肉 大豆水煮、鶏ささみ 牛乳	キャベツ、にんじん、もやし 大豆水煮、きゅうり、コーン メロン、たまねぎ ピーマン	塩、しょう油、だし汁 みりん ケチャップ、コンソメ
31	金	ごはん 鶏肉の香味焼き キャベツのおかか和え 味噌汁(豆腐・油揚げ) りんご	ボンデケージョ (多文化おやつ) 牛乳	米、ごま油、ごま 白玉粉、油	鶏もも肉 木綿豆腐、油揚げ 白味噌、花鰹、豆乳 パルメザンチーズ 牛乳	ねぎ、キャベツ、もやし りんご	しょう油、みりん だし汁、塩



・今月のくだものは、りんご、オレンジ、メロンがです。  
 ・24日(金)はお誕生日会です。  
 ・31日(金)は多文化おやつです。

