



# 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。  
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和6年5月29日  
(◎は午後おやつ)

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				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
1	土	豚丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	かぼちゃポーロ	米、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
3	月	ご飯 ★さわらのうぐいすマヨ焼き キャベツのソテー 玉ねぎの味噌汁、オレンジ	牛乳 ブアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、○油、砂糖、油	○牛乳、さわら、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、根切りもやし、たまねぎ、グリーンピース(水煮缶詰)、しめじ、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、かつおだし・鰹節、食塩、○食塩
4	火	ご飯、すき焼き風煮 きゅうりの昆布あえ 切干大根の味噌汁、メロン	牛乳 ごまトースト	米、○食パン、しらたき、○グラニュー糖、○バター、砂糖、○すりごま、焼ふ(板ふ)、ごま油	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶(きはだ)、ちくわ、凍り豆腐	はくさい、メロン(緑肉)、きゅうり、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、切り干しだいこん、塩こんぶ	しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節、食塩
5	水	ご飯 国産鶏肉のバーベキューソース 旬野菜のサラダ、コンソメスープ オレンジ	牛乳 豆乳ドーナツ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○油、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖、○粉糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、○調製豆乳、○おから、ツナ油漬缶(きはだ)	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん皮むき、しめじ、スナッパえんどう	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ(うすくち)、酢、コンソメ・粉末、パセリ粉、食塩
6	木	ポークカレーライス ★ハムサラダ バナナ	ヨーグルト	米、じゃがいも、マヨネーズ	○ソフール元気ヨーグルト、豚肉(肩ロース)、ハム	バナナ、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、しめじ、グリーンピース(水煮缶詰)	カレールー
7	金	ご飯、厚揚げとひき肉の炒め物 ちくわの磯辺揚げ 麩のすまし汁、メロン	牛乳 シュガーパイ	米、天ぷら用バター、油、○グラニュー糖、片栗粉、焼ふ、ごま油	○牛乳、生揚げ、鶏ひき肉、ちくわ	メロン(緑肉)、チンゲンサイ、たまねぎ、黄ピーマン、えのきたけ、葉ねぎ、あおのり	しょうゆ(うすくち)、みりん、オイスターソース、かつおだし・鰹節、食塩
8	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ、バナナ	米棒	米、○玄米、○水あめ、○砂糖、○油、油	鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、○しょうゆ、食塩
10	月	ご飯、鮭の西京焼き 切干大根の酢の物 豆腐の味噌汁、メロン	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、砂糖	○牛乳、さけ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、かつお味付けフレーク缶、油揚げ、白みそ	メロン(緑肉)、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、○いちごジャム、葉ねぎ、切り干しだいこん、生わかめ	酒、みりん、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節
11	火	ご飯、国産鶏の和風レモン焼き パプリカとじゃこの炒り煮 豆乳汁、オレンジ	牛乳 バナナクッキー	米、○小麦粉、板こんにやく、○砂糖、○油、○片栗粉、油、砂糖、ごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、豚肉(肩ロース)、しらす干し、米みそ(淡色辛みそ)、大豆水煮缶	オレンジ、赤ピーマン、黄ピーマン、にんじん皮むき、ピーマン、○バナナ、万能ねぎ、洗いごぼう、レモン果汁、にんにく、塩こんぶ	しょうゆ(うすくち)、みりん、鶏がらだしの素
12	水	パン、あじのムニエル 小松菜の和風サラダ ズッキーニのトマトスープ、バナナ	牛乳 マカロニあべかわ	ロールパン、クロワッサン、○マカロニ、和風ドレッシング、小麦粉、○砂糖、バター、食パン	○牛乳、あじ、○きな粉、大豆水煮缶、チーズ、ベーコン	バナナ、ごまつな、たまねぎ、ズッキーニ、ミニトマト、カットトマト缶詰	鶏がらだしの素、食塩、○食塩
13	木	ご飯、国産豚肉のトマト煮 さつま芋の素揚げ わかめの味噌汁、キウイフルーツ	牛乳 オレンジブレット	米、さつまいも、○米粉、油、片栗粉、○油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、○調製豆乳、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、キウイフルーツ、トマトジュース缶(食塩無添加)、○オレンジ濃縮果汁、だいこん皮むき、○マーマレード、葉ねぎ、生わかめ	ケチャップ、ウスターソース、酒、○食塩、かつおだし・鰹節、カレー粉、食塩
14	金	ご飯、たらのバター醤油焼き 彩り野菜のケチャップ炒め ★卵スープ、バナナ	牛乳 シュガーラスク	米、○フランスパン、○バター、バター、○グラニュー糖	○牛乳、たら、卵、木綿豆腐、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、しめじ、万能ねぎ	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、みりん、食塩
15	土	牛丼 玉ねぎの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)
17	月	ご飯、岩のり あじの塩焼き、ひじき煮 豆腐のすまし汁、オレンジ	牛乳 米粉の小豆パウンドケーキ	米、○米粉、○油、砂糖、油	○牛乳、あじ、木綿豆腐、○つぶあん(砂糖添加)、大豆水煮缶、油揚げ、ちくわ	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、のり佃煮、万能ねぎ、ひじき	みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
18	火	ご飯 国産牛肉と春雨の炒め物 ★ポテトサラダ、キャベツの豆乳スープ キウイフルーツ	牛乳 ちんすこう	米、じゃがいも○小麦粉、○砂糖、○油、マヨネーズ、はるさめ(緑豆)、砂糖、ごま油、ごま	○牛乳、調製豆乳、牛肉(肩ロース)、生揚げ、大豆水煮缶、ハム、ベーコン、	キウイフルーツ、にんじん皮むき、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、赤ピーマン、ピーマン、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、酒、コンソメ・粉末、食塩
19	水	ハヤシライス ★キャベツのサラダ メロン	牛乳 じゃこトースト	米、○食パン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズ、○ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハム、○スライスチーズ、○しらす干し	メロン(緑肉)、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、かぼちゃ、しめじ、きゅうり、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ
20	木	ご飯、★国産鶏の唐揚げ 長芋と小松菜の炒め物 人参の味噌汁、バナナ	牛乳 マシュマロサンド	米、ながいも、片栗粉、油、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、ごまつな、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩
21	金	ご飯、さわらのねぎソース 和風おからサラダ まいたけの味噌汁、オレンジ	牛乳 ココア豆乳プリン	米、○砂糖、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、○調製豆乳、さわら、木綿豆腐、おから、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、○セラチン	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、葉ねぎ、生わかめ、まいたけ、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
22	土	チキンライス コーンスープ バナナ	せんべい	米、ごま油、油	鶏むね肉(皮付)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
24	月	ゆかりごはん ぶりのゆうあん焼き 五目煮、しめじの味噌汁、メロン	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、板こんにやく、○メープルシロップ、○無塩バター、○砂糖、砂糖	○牛乳、ぶり、ゆで大豆、木綿豆腐、ちくわ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	メロン(緑肉)、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、しめじ、ゆず果汁、干しいたけ	しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩
25	火	ご飯、ブルコギ風炒め もやしのナムル、★わか玉スープ バナナ	牛乳 ごまラスク	米、○フランスパン、○バター、ごま、砂糖、○グラニュー糖、○ごま、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、木綿豆腐	根切りもやし、バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、きゅうり、にら、生わかめ、コーン缶、にんにく	しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、鶏がらだしの素、食塩
26	水	パン、★国産鶏の香草焼き マカロニナポリタン ズッキーニのスープ、オレンジ	牛乳 チヂミ	ロールパン、クロワッサン、じゃがいも、○小麦粉、マカロニ、マヨネーズ、パン粉、○油、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ベーコン、○ツナ油漬缶(きはだ)	オレンジ、たまねぎ、ズッキーニ、○にんじん皮むき、○たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、しめじ、コーン缶、○にら	ケチャップ、鶏がらだしの素、○鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
27	木	ご飯、鮭の竜田揚げ 切干大根のカレー炒め チンゲン菜の味噌汁、メロン	フルーツヨーグルト	米、片栗粉、油、砂糖	○ソフール元気ヨーグルト、さけ、牛ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、豚ひき肉、油揚げ	メロン(緑肉)、○バナナ、○みかん缶、にんじん皮むき、チンゲンサイ、たまねぎ、万能ねぎ、えのきたけ、切り干しだいこん、しょうが	しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、カレー粉
28	金	ご飯、★ミートローフ ★シーチキンサラダ 野菜スープ、バナナ	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、ごま	○牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、ツナ油漬缶、卵、ベーコン、粉チーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、きゅうり、○いちごジャム、いんげん	ケチャップ、ウスターソース、鶏がらだしの素、食塩
29	土	とり丼 ちくわの味噌汁、バナナ	ラムネ	米、さつまいも(皮付)、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。  
 ※アレルギー対応について  
 昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。  
 卵を使った料理には★印をつけています。  
 離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

**6月12日・26日、ひまわり・こすもす・なのはな  
むぎ組園児のパンはバイキング形式になります。**