

令和5年 5月 認定こども園浜市川保育園予定献立表 (3・4・5歳児用)

平均カロリー420kcal たんぱく質19.1g 脂質16.9g ※主食のカロリーは含まれておりません。

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
献立名	肉じゃがコロッケ・厚揚げの含め煮 温野菜の胡麻ネーズ・かき玉汁・果物	こいのぼりライス・プリン・果物 ブロッコリーの三色サラダ・エビワンタンスープ	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	ちゃんこうどん・果物 ポテトサラダ・牛乳
材料	じゃが芋・挽肉・玉ねぎ・パン粉・厚揚げ キャベツ・胡瓜・人参・カニ風味・胡麻・卵・しいたけ	米・鮭・わかめ・人参・胡瓜・竹輪・アスパラガス ブロッコリー・粒コーン缶・チーズ・玉ねぎ・エビワンタン・卵・プリン				玉うどん・鶏肉・人参・油揚げ・しめじ・ねぎ・卵 じゃが芋・胡瓜・ロースハム・牛乳
おやつ	牛乳・お菓子	牛乳・柏餅				牛乳・お菓子
備考		 (完全給食)				パンの日 
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
献立名	鶏肉のマーマレード焼き・付け合わせ 春キャベツのコールスローサラダ・みそ汁・果物	鮭の塩焼き・ブロッコリーの胡麻和え じゃが芋のそぼろ煮・みそ汁	ポークカレー・付け合わせ トマトエッグドレッシング・ヨーグルト・果物	ジャーマンオムレツ・温野菜 マカロニサラダ・オニオンスープ・果物	アジフライ・付け合わせ もやしとなめたけの和え物・豆乳みそスープ	チャンポン麺・茹枝豆 ポイルウインナー・スポロン・果物
材料	鶏肉・マーマレード・トマト キャベツ・胡瓜・人参・ロースハム・豆腐・玉ねぎ	鮭・ブロッコリー・人参・竹輪・胡麻 じゃが芋・挽肉・豆腐・キャベツ・しめじ	挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・カレールー・福神漬 トマト・卵・パセリ・ヨーグルト	卵・人参・じゃが芋・ベーコン・ブロッコリー マカロニ・胡瓜・ロースハム・玉ねぎ・ウインナー	アジ・パン粉・トマト もやし・胡瓜・人参・なめたけ・豆乳・キャベツ・玉ねぎ・ウインナー	中華そば・豚肉・キャベツ・人参・ニラ・竹の子・枝豆 ウインナー・スポロン
おやつ	牛乳・お菓子	牛乳・バナナ	牛乳・お菓子	牛乳・コロコロおにぎり	牛乳・バームクーヘン	牛乳・お菓子
備考						パンの日 
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
献立名	ささみチーズフライ・付け合わせ 春雨とさつま揚げのきんぴら風・ワカメスープ・果物	鯖のカルーメル・ブロッコリーのそぼろ煮 切り干し大根の炒め煮・みそ汁・果物	コーンクリームシチュー・一口チーズ フレンチサラダ・ヨーグルト・果物	春キャベツのキッシュ風・付け合わせ 人参じゃこ炒り煮・牛乳・果物	豆腐とエビのケチャップ煮・漬物 和風野菜サラダ・みそ汁・果物	チャーシューメン・果物 キャベツと塩昆布のナムル・牛乳
材料	鶏肉・チーズ・パン粉・ブロッコリー 春雨・人参・さつま揚げ・もやし・ワカメ・なると・ねぎ	鯖・カレー粉・ブロッコリー・挽肉 切り干し大根・人参・しいたけ・さつま揚げ・豆腐・玉ねぎ	豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・シチュールー・コーン缶 プロセスチーズ・キャベツ・胡瓜・ロースハム・ヨーグルト	キャベツ・人参・玉ねぎ・卵・チーズ・ブロッコリー 人参・しらす干し・牛乳	豆腐・エビ・ねぎ・挽肉・にんにく・大根 キャベツ・胡瓜・人参・カニ風味・ワカメ・油揚げ・玉ねぎ	中華そば・焼き豚・ほうれん草・しな竹・ねぎ・卵 キャベツ・人参・塩昆布・牛乳
おやつ	牛乳・クッキー	牛乳・お菓子	牛乳・南部せんべい	牛乳・お菓子	牛乳・ジャムサンド	牛乳・お菓子
備考				おにぎりの日 		パンの日 
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
献立名	肉団子の甘酢あん・マヨブロッコリー ジャーマンポテト・みそ汁・果物	しらすと枝豆のかき揚げ・きんとき豆 春雨の胡麻和え・みそ汁	肉じゃが・小女子佃煮 ほうれん草の納豆和え・ヨーグルト・果物	焼きビーフン・付け合わせ・果物 じゃが芋のシャキシャキ和え・中華風コンスープ	赤魚の治部煮・ジャガベーコン煮 ひじきの炒め煮・みそ汁	卵とじうどん キャベツとベーコンのソテー・野菜ミックスジュース
材料	挽肉・玉ねぎ・パン粉・ブロッコリー じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン・豆腐・キャベツ	玉ねぎ・人参・じゃが芋・しらす干し・枝豆・きんとき豆 春雨・胡瓜・人参・ロースハム・豆腐・大根	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・小女子 ほうれん草・挽き割り納豆・ヨーグルト	ビーフン・キャベツ・豚肉・人参・きくらげ・トマト じゃが芋・ロースハム・玉ねぎ・卵・コーン缶・カニ風味	赤魚・小麦粉・じゃが芋・ベーコン 乾燥ひじき・人参・しめじ・糸こんにゃく・さつま揚げ・豆腐・キャベツ	玉うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・卵・ねぎ キャベツ・もやし・ベーコン・野菜ミックスジュース
おやつ	牛乳・お菓子	牛乳・豆乳もち	牛乳・お菓子	牛乳・ショートケーキ	牛乳・揚げバナナ	牛乳・お菓子
備考				お誕生会 (完全給食) 		パンの日 
	29(月)	30(火)	31(水)	【給食目標】 《規則正しい生活で、元気に過ごしましょう》 		
献立名	豆腐入り松風焼き・付け合わせ ブロッコリーのかか煮・卵とよしのスープ・果物	竹輪の磯辺揚げ・昆布の佃煮 じゃが芋とウインナーのソースソテー・キャベツスープ・果物	パンプキンシチュー・一口チーズ 小魚サラダ・ヨーグルト・果物			※材料購入の都合により内容を 変更する場合があります。 ※太字～新メニューです。
材料	豆腐・挽肉・玉ねぎ・人参・トマト ブロッコリー・かつお節・卵・もやし・ベーコン	竹輪・青のり・昆布・じゃが芋 人参・ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・えのきだけ	豚肉・玉ねぎ・かぼちゃ・シチュールー・牛乳 プロセスチーズ・キャベツ・胡瓜・しらす干し・人参・ヨーグルト			
おやつ	牛乳・お菓子	牛乳・サブレ	牛乳・お菓子			
備考						