

予定献立表





3・4・5歳児

＜給食目標＞　成長をお祝いし、正しいマナーで食べよう！

認定こども園 浜市川保育園

		献立名	材料	おやつ
2（月）	完全給食	チャンポン麺・ジャーマンポテト 一口チーズ・果物	中華そば・人参・キャベツ・豚こま肉・かまぼこ・粒コーン 卵・じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン・プロセスチーズ	牛乳 おかし
3（火）		文化の日		
4（水）		ポークカレー・コールスローサラダ・福神漬 ヨーグルト・果物	豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・カレールー 福神漬・キャベツ・胡瓜・ロースハム・ヨーグルト	牛乳 おかし
5（木）		鶏肉のコーンフレーク焼き・ブロッコリーの胡麻和え 卵とトマトのスープ・果物	鶏もも肉・コーンフレーク・ブロッコリー・人参 竹輪・胡麻・卵・トマト・チンゲン菜・ベーコン	牛乳 豆乳もち
6（金）		鯖のみそ煮・小松菜と厚揚げのそぼろあん わかめスープ・果物	鯖・鶏ひき肉・生揚げ・小松菜・人参・干ししいたけ わかめ・なると巻き・長ねぎ	牛乳 おかし
7（土）		チーズオムレツ・キャベツと竹輪のソテー せんべい汁・果物	卵・ナチュラルチーズ・キャベツ・竹輪・人参・もやし・せんべい ごぼう・長ねぎ・鶏もも肉・しめじ・糸こんにゃく・凍り豆腐	牛乳 おかし
9（月）	完全給食	ちゃんこうどん・肉じゃがコロッケ 一口チーズ・果物	うどん・人参・油揚げ・竹輪・しめじ・鶏もも肉・長ねぎ 卵・じゃが芋・豚肉・玉ねぎ・パン粉・プロセスチーズ	牛乳 おかし
10（火）		赤魚の西京焼き・じゃがいものシャキシャキ和え みそ汁・果物	赤魚・じゃが芋・人参・ロースハム・キャベツ 生揚げ・えのき・わかめ	牛乳 おかし
11（水）		クリームシチュー・キャベツと卵のおかか和え ヨーグルト・果物	鶏もも肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・シチュールー キャベツ・もやし・卵・ヨーグルト	牛乳 おかし
12（木）	おにぎりの日	ヤンニョムチキン・スパゲッティーサラダ 温野菜・牛乳・果物	鶏もも肉・パスタ・胡瓜・人参・ロースハム ブロッコリー・牛乳	牛乳 おかし
13（金）		鮭のチーズパン粉焼き・大根のきんぴら 豆腐とワカメのすまし汁・果物	鮭・粉チーズ・パン粉・パセリ・大根・人参・糸こんにゃく 竹輪・わかめ・豆腐・麸	牛乳 紅白蒸しパン
14（土）		ジャンジャン豆腐・マヨブロッコリー 人参スープ・果物	豚こま肉・生揚げ・たけのこ・長ねぎ・干ししいたけ ブロッコリー・玉ねぎ・人参・パセリ	牛乳 おかし
16（月）	完全給食	きのこクリームパスタ・一口チーズ 小松菜の中華風スープ・果物	パスタ・玉ねぎ・ベーコン・しめじ・マッシュルーム・牛乳 プロセスチーズ・小松菜・もやし・かに風味かまぼこ・卵	牛乳 おかし
17（火）		白身魚の甘酢あん・ジャガベーコン煮 みそ汁・果物	カレイ・玉ねぎ・小松菜・人参・じゃが芋・ベーコン 生揚げ・しいたけ・わかめ	牛乳 小倉かぼちゃ
18（水）		すき焼き風煮・しょうゆ卵 青菜の納豆和え・ヨーグルト・果物	豚こま肉・焼き豆腐・小松菜・白菜・しいたけ・人参 糸こんにゃく・板麸・卵・ほうれん草・納豆・ヨーグルト	牛乳 おかし
19（木）		豆腐と挽肉の揚げ団子・ひじきの炒め煮 みそ汁・果物	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・卵・ひじき・人参・しめじ 糸こんにゃく・さつま揚げ・キャベツ・わかめ・えのき	牛乳 おかし
20（金）		鯖のカレームニエル・温野菜の胡麻ネーズ みそ汁・果物	鯖・カレー粉・キャベツ・胡瓜・人参・ロースハム 胡麻・豆腐・大根・しいたけ・わかめ	牛乳 五平餅
21（土）		ほうれん草のキッシュ風・マカロニソテー キャベツスープ・果物	ほうれん草・玉ねぎ・しめじ・卵・ナチュラルチーズ マカロニ・ベーコン・ピーマン・キャベツ・えのき	牛乳 おかし
23（月）		勤労感謝の日		
24（火）		カレイの煮つけ・人参ムーチョ みそ汁・果物	カレイ・生姜・人参・ごぼう・キャベツ・鶏むね肉 ポテトチップス・生揚げ・玉ねぎ・しいたけ・わかめ	牛乳 おかし
25（水）		ハヤシライス・白菜の胡麻マヨ和え ヨーグルト・果物	豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ハヤシルー 白菜・胡瓜・シーチキン・胡麻・ヨーグルト	牛乳 おかし
26（木）	お誕生会 完全給食	カラフルパン・さつまいもサラダ 春雨スープ・果物	ホットケーキミックス・ウィンナー・玉ねぎ・ピーマン・ツナ缶詰 ナチュラルチーズ・さつま芋・胡瓜・人参・ロースハム・春雨・チンゲン菜	りんごジュース フルーチェ
27（金）		鮭の塩焼き・和風野菜サラダ みそ汁・果物	鯖・キャベツ・人参・胡瓜・かに風味かまぼこ わかめ・豆腐・大根・しめじ	牛乳 おかし
28（土）		カレー豆腐・ほうれん草のツナ和え 卵とワカメのスープ・果物	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ほうれん草 もやし・ツナ缶詰・卵・わかめ・胡麻	牛乳 おかし
30（月）	完全給食	しょうゆラーメン・焼きぎょうざ 一口チーズ・果物	中華そば・焼き豚・メンマ・長ねぎ・ほうれん草 卵・豚ひき肉・にら・白菜・プロセスチーズ	牛乳 おかし

・今月の平均カロリー478kcal　・たんぱく質21.3ｇ　・　脂質19.0g

※材料購入の都合により、内容を変更する場合があります　　※赤字は新メニューです