

R7年度 5月献立表



新町かぜい
こども園

日 曜 日	未 満 児 10時おやつ	主 食	献 立 名	全 員 15時おやつ	材 料 名			エ ネ ル ギ ー (kcal)	蛋 白 質 (g)	食 塩 (g)
					体を作る(赤)	エネルギーになる(黄)	体の調子を整える(緑)			
1 木	麦茶 バナナチップ	ごはん	鯖のカレー竜田揚げ キャベツのレモン醤油和え 味噌汁 グレープフルーツ	牛乳 ジャムサンド	鯖・油揚げ・牛乳	米・ホットロール	キャベツ・きゅうり・コーン・人参・小松菜・グレープフルーツ	596	22.4	2.1
								505	19.8	1.7
2 金	麦茶 小魚	ごはん	ハンバーグ ブロッコリーサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 こいのぼり パンケーキ	豚肉・鶏肉・おから・卵・牛乳・ホイップクリーム	米	玉葱・ブロッコリー・コーン・きゅうり・大根・人参・小松菜・バナナ	626	21	1.9
								520	21.4	2.1
3 土	麦茶 おせんべい	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 りんごタルト						
4 日	麦茶 クラッカー	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 純米せんべい ムーンライト						
5 月	麦茶 バナナチップ	* お弁当対応となります(園で用意します) *		まめびよ えびせん						
6 火	麦茶 おせんべい	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 キャラメルコーン						
7 水	麦茶 チーズ	ごはん	親子丼 切干大根のごま酢和え オレンジ	牛乳 塩昆布と小松菜のおにぎり	鶏肉・卵・高野豆腐・牛乳・塩昆布	米	玉葱・人参・しめじ・三つ葉・切干大根・きゅうり・コーン・オレンジ・小松菜	540	20.2	1.4
								471	18.4	1.3
8 木	麦茶 クラッカー	ごはん	鱈のムニエル 蓮根サラダ 味噌汁 ゼリー	牛乳 ばかうけ チョイスビスケット	鱈・ちくわ・牛乳	米	蓮根・きゅうり・小松菜・大根・白菜・人参	684	21.4	2.1
								597	19.4	1.8
9 金	麦茶 小魚	ごはん	肉じゃが 干草和え グレープフルーツ	牛乳 たこ焼き	豚肉・卵・牛乳	米・じゃが芋	玉葱・人参・白滝・いんげん・小松菜・キャベツ・もやし・グレープフルーツ	473	20.6	1.3
								444	23.2	1.6
10 土	麦茶 バナナチップ	ごはん	鶏肉の塩唐揚げ ビーフン炒め 味噌汁 ゼリー	牛乳 味しらべ 源氏パイ	鶏肉・豆腐・牛乳	米・ビーフン	にんにく・生姜・人参・ピーマン・玉葱・ほうれん草	611	24	2.1
								475	19.1	1.7
11 日	麦茶 クラッカー	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 バックンチョコ						
12 月	麦茶 おせんべい	ごはん	厚揚げのオイスター煮 鉄骨サラダ バナナ	牛乳 おからスコーン	豚肉・厚揚げ・チーズ・おから・牛乳	米	玉葱・椎茸・長葱・筍・ひじき・きゅうり・小松菜・コーン・バナナ	549	18.4	1.3
								467	15.4	1.2
13 火	麦茶 チーズ	ごはん	タンドリーカジキ 五目切干大根 味噌汁 ゼリー	牛乳 きな粉トースト	カジキ・ヨーグルト・牛乳・きな粉	米・食パン	にんにく・切干大根・人参・蓮根・椎茸・いんげん・南瓜・玉葱・小松菜	519	22.1	1.9
								465	21.5	1.8
14 水	麦茶 小魚	ごはん 混ぜご飯	鶏肉のねぎ塩焼き 中華サラダ コンソメスープ オレンジ	牛乳 ショコラケーキ	鶏肉・油揚げ・わかめ・牛乳	米	ごぼう・人参・グリーンピース・生姜・にんにく・長葱・もやし・ほうれん草・キャベツ・玉葱・オレンジ	526	22.7	2.5
								448	22.8	2.6
15 木	麦茶 バナナチップ	ごはん	ホキフライ ブロッコリーのごまマヨ和え お吸い物 ゼリー	豆乳 ハッピーターン フルーツヨーグルト	ホキ・豆乳・ヨーグルト	米	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン・白菜・しめじ・みかん缶・バナナ・パイン缶	518	19.1	2
								425	15.5	1.6
16 金	麦茶 クラッカー	ごはん	ポークビーンズ 磯香和え バナナ	牛乳 原宿ドッグ	豚肉・大豆・わかめ・牛乳	米	玉葱・人参・トマト・小松菜・キャベツ・きゅうり・バナナ	532	17.4	0.9
								462	14.7	0.9
17 土	麦茶 チーズ	中華麺	焼きそば 小松菜の和え物 野菜スープ オレンジ	牛乳 メロンパン	豚肉・牛乳	中華麺	キャベツ・人参・もやし・小松菜・きゅうり・大根・椎茸・オレンジ	406	16.5	1.9
								364	15.4	1.8
18 日	麦茶 おせんべい	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 いちごクレープ						

R7年度 5月献立表



新町かぜい
こども園

日 曜	未満児 10時おやつ	主食	献立名	全員 15時おやつ	材料名			エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)
					体を作る(赤)	エネルギーになる(黄)	体の調子を整える(緑)			
19 月	麦茶 小魚	ごはん	すき焼き風煮 ブロッコリーサラダ グレープフルーツ	牛乳 チーズと桜えびの おにぎり	豚肉・豆腐・牛乳・チーズ	米	白菜・長葱・人参・椎茸・ 白滝・ブロッコリー・きゅう り・グレープフルーツ	566	21.9	1.3
20 火	麦茶 チーズ	ごはん	鰯の西京焼き 栄養きんぴら お吸い物 ゼリー	牛乳 フライドポテト	鰯・大豆・牛乳	米・じゃが芋	ごぼう・人参・蓮根・白滝・ 小松菜・かぶ・しめじ	500	19.5	2.3
21 水	麦茶 クラッカー	ごはん	炒り鶏 さつま芋サラダ バナナ	牛乳 ピザトースト	鶏肉・さつま揚げ・牛乳・ ベーコン・チーズ	米・さつま芋・食パン	生姜・ごぼう・人参・しめ じ・蓮根・きゅうり・コーン・ バナナ・玉葱・ピーマン	588	22.2	1.8
22 木	麦茶 バナナチップ	ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き もやしのごま醤油和え 中華風スープ オレンジ	牛乳 りんごのオープン ケーキ	鮭・豆腐・牛乳・卵	米	キャベツ・人参・しめじ・も やし・きゅうり・コーン・大 根・筍・長葱・オレンジ	506	21	1.7
23 金	麦茶 おせんべい	ごはん	大豆カレー 白菜のおかか和え グレープフルーツ	牛乳 マシュマロフレーク	豚肉・大豆・牛乳	米・じゃが芋	にんにく・トマト・玉葱・人 参・白菜・きゅうり・グレー プフルーツ	542	17.4	2.6
24 土	麦茶 チーズ	ごはん	松風焼き キャベツのナムル ミルクスープ ゼリー	牛乳 ももタルト	鶏肉・牛乳・ベーコン	米	玉葱・キャベツ・人参・も やし・ほうれん草	635	23.5	1.6
25 日	麦茶 クラッカー	* お弁当対応となります(園で用意します) *		麦茶 たべっこどうぶつ						
26 月	麦茶 バナナチップ	ごはん	鰯の香味焼き 春雨サラダ かき玉汁 ヨーグルト	豆乳 かぼちゃ蒸しパン	鰯・卵・ヨーグルト・豆乳・ 牛乳	米・春雨	長葱・生姜・もやし・きゅう り・人参・玉葱・椎茸・みつ 葉・南瓜	527	22.8	1.4
27 火	麦茶 小魚	スバゲ ティー	ミートソーススパゲティー ジャーマンポテト ブロッコリー添え ゼリー	牛乳 わかめと卵の おにぎり	豚肉・大豆・ベーコン・牛 乳・卵・わかめ	スパゲティー・じゃが芋・ 米	玉葱・人参・トマト・いんげ ん・ブロッコリー	611	21.4	2.4
28 水	麦茶 おせんべい	ごはん	ホイコーロー ほうれん草のごま和え グレープフルーツ	牛乳 ツナサンド	豚肉・ちくわ・牛乳・ツナ	米・ホットロール	にんにく・生姜・玉葱・人 参・しめじ・キャベツ・ピー マン・ほうれん草・もやし・ きゅうり・グレープフルー ツ	516	19.3	1.9
29 木	麦茶 チーズ	ごはん	カレイのパン粉焼き ひじきの五目煮 味噌汁 バナナ	牛乳 ふかしさつま芋	カレイ・油揚げ・牛乳	米・さつま芋	ひじき・人参・いんげん・ 椎茸・玉葱・浅葱・えのき・ バナナ	506	19.6	2
30 金	麦茶 クラッカー	ごはん	麻婆豆腐丼 わかめサラダ オレンジ	牛乳 チョコチップマフィン	豚肉・豆腐・わかめ・牛 乳・卵	米	生姜・にんにく・筍・椎茸・ 長葱・にら・もやし・小松 菜・人参・オレンジ	494	16.8	1.2
31 土	麦茶 おせんべい	ごはん	鰯のケチャップあんかけ マカロニサラダ 豆乳スープ バナナ	牛乳 ベジタべる	鰯・豆乳・牛乳	米・マカロニ	人参・玉葱・ピーマン・きゅ うり・コーン・白菜・大根・ バナナ	626	20.6	2.3
* 献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください *								551	20.4	1.8
* マヨネーズ・ハム・竹輪等、卵不使用の物を使用しています *								474	18.7	1.7
* 市販のおやつはアレルギー対応の物で代替となりますが、 表記されている物から変更になることがあります *								平均		