

5月 給食献立表

令和 6年

博愛保育園

日 曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	三歳以上四 五歳未満児 平均	三歳未満児 五歳未満児 平均
1 水	ごはん 鮭の塩焼き ささ身とキャベツのサラダ じゃが芋と長ネギの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 ジャムサンド	・ぎんざげ・若鶏ささ身 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・マヨネーズ ・じゃがいも・食パン	・キャベツ・にんじん・みずな ・レモン果汁・長ねぎ ・冷凍くりかぼちゃ・いちごジャム	536kcal 1.3g	450kcal 1.0g
2 木	チキンライス FMうす味かぶと型ハンバーグ いんげんのごま和え みかん缶	牛乳 ふかし芋 牛乳 こどもの日の柏餅 こどもの日カープゼリー	・若鶏もも肉 ・FMうす味かぶと型ハンバーグ ・普通牛乳	・精白米・いりごま・三温糖 ・さつまいも・柏餅 ・こどもの日カープゼリー	・たまねぎ・トマトケチャップ ・さやいんげん・にんじん ・みかん缶詰	586kcal 1.2g	479kcal 1.0g
7 火	ごはん 赤魚の煮つけ ひじきとキャベツのサラダ 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 かぼちゃのケーキ	・あかうお・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・お子様せんべい ・米粉パウダー パンケーキ用 ・調合油	・しょうが・乾ひじき・たまねぎ ・キャベツ・にんじん・冷凍コーン ・なめこ・青ねぎ・冷凍くりかぼちゃ	546kcal 1.3g	468kcal 0.9g
8 水	マーボー丼 もやしときゅうりの中華和え りんご	牛乳 パナナ 牛乳 レーズンスコーン	・木綿豆腐・ふたひき肉 ・淡色辛みそ・若鶏ささ身 ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・調合油・三温糖 ・片栗粉・ごま油 ・米粉パウダー パンケーキ用	・にんじん・にら・りよくとうもろやし ・きゅうり・りんご・パナナ ・レーズン	594kcal 1.2g	498kcal 1.0g
9 木	ごはん 鯖の塩焼き 五目豆煮 厚揚げと大根の味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 パナナ	・さば・大豆水煮缶詰 ・生揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・生いも板こんにゃく ・三温糖	・ごぼう・にんじん・乾しいたけ ・だいこん・カットわかめ・青ねぎ ・冷凍くりかぼちゃ・パナナ	514kcal 1.4g	429kcal 1.0g
10 金	ロールパン 鶏のチーズパン粉焼き フロッキーのじゃこ和え ミネストローネ	牛乳 ふかし芋 牛乳 ゆかりおにぎり	・若鶏もも肉 ・ハルメザンチーズ ・しらす干し・ベーコン ・普通牛乳	・ロールパン・薄力粉・パン粉 ・オリーブ油・ごま油 ・さつまいも・精白米	・フロッキー・にんじん・たまねぎ ・スッキーニ・ホールトマト ・ゆかり(ふりかけ)	533kcal 1.8g	467kcal 1.4g
11 土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			
13 月	ご飯 鮭のムニエル 豆腐とひじきの煮物 じゃが芋と青梗菜の味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 チーズトースト	・ぎんざげ・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・精白米・薄力粉・有塩バター ・ごま油・じゃがいも ・お子様せんべい・食パン	・長ねぎ・にんじん・乾ひじき ・チンゲンサイ	549kcal 1.7g	483kcal 1.3g
14 火	ごはん 厚揚げの中華風煮 きゅうりとちりめんの酢の物 パナナ	牛乳 蒸し人参 牛乳 たい焼き	・生揚げ・ふたひき肉 ・蒸しがまぼこ ・しらす干し・普通牛乳	・精白米・調合油・三温糖 ・片栗粉・たい焼き	・たまねぎ・ゆでたけのこ ・生しいたけ・青ねぎ・しょうが ・きゅうり・カットわかめ・パナナ ・にんじん	601kcal 1.2g	476kcal 0.9g
15 水	ご飯 鯖の味噌煮 ほうれん草とえのきのお浸し 白菜のすまし汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 あずき入り蒸しパン	・さば・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳 ・ゆで小豆缶詰	・精白米・三温糖 ・米粉パウダー パンケーキ用 ・調合油	・しょうが・ほうれん草 ・えのきだけ・にんじん・はくさい ・青ねぎ・冷凍くりかぼちゃ	540kcal 1.3g	448kcal 0.9g
16 木	ボークカレー キャベツと人参サラダ 毎日トリプシヨーグルト	牛乳 りんご 牛乳 和風ツナおにぎり	・ふたもも肉 ・毎日トリプシヨーグルト ・普通牛乳 ・まぐろ油漬缶詰	・精白米・じゃがいも ・カレールウ・なたね油 ・三温糖	・たまねぎ・にんじん・キャベツ ・冷凍コーン・カットわかめ・りんご ・ごまつな	605kcal 2.1g	509kcal 1.6g
17 金	ごはん 筑前煮 スナックエンドウのごまネーズ和え 豆腐とあげの味噌汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 いももち	・若鶏もも肉・若鶏ささ身 ・木綿豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・冷凍さといも ・生いも板こんにゃく・調合油 ・三温糖・マヨネーズ ・いりごま・さつまいも ・じゃがいも・片栗粉	・にんじん・だいこん・れんこん ・ごぼう・乾しいたけ ・スナックエンドウ・冷凍コーン ・青ねぎ	540kcal 1.4g	469kcal 1.1g
20 月	ご飯 FMうす味きんぴら肉団子 切干大根の煮物 豚汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 麩のラスク	・FMうす味きんぴら肉団子 ・焼き竹輪・油揚げ ・ふたもも肉・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・三温糖・調合油 ・お子様せんべい・有塩バター	・切干しいたけ・にんじん ・だいこん・長ねぎ	535kcal 1.6g	466kcal 1.2g
21 火	ごはん アジのムニエル 根菜と水菜の胡麻和え 厚揚げと小松菜の味噌汁	牛乳 パナナ 牛乳 ピザトースト	・あじ・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・チェダーチーズ	・精白米・薄力粉・有塩バター ・いりごま・三温糖・食パン	・みずな・ごぼう・かぶ・にんじん ・ごまつな・えのきだけ・パナナ ・トマトケチャップ・たまねぎ ・青ピーマン・トマト	515kcal 1.7g	460kcal 1.2g
22 水	ごはん 手作りのハンバーグ ひじきの豆煮 キャベツと油揚げの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 キャロットケーキ	・牛ひき肉・ふたひき肉 ・調整豆乳・大豆水煮缶詰 ・油揚げ・焼き竹輪 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・三温糖 ・米粉パウダー パンケーキ用 ・調合油	・たまねぎ・トマトケチャップ ・乾ひじき・にんじん・キャベツ ・ぶなしめじ・冷凍くりかぼちゃ	613kcal 1.6g	506kcal 1.2g
23 木	ごはん コーンと大豆のメンチカツ 大根の煮物 じゃが芋とわかめの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 パナナスコーン	・FMコーンと大豆のメンチカツ ・若鶏もも肉・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・三温糖・じゃがいも ・米粉パウダー パンケーキ用 ・調合油	・だいこん・にんじん・たまねぎ ・カットわかめ・りんご・パナナ	606kcal 1.5g	530kcal 1.2g
24 金	きつねうどん さつま芋とちくわの天ぷら オレシジ	牛乳 蒸し人参 牛乳 チーズおにぎり	・蒸しがまぼこ・油揚げ ・焼き竹輪・普通牛乳 ・プロセスチーズ ・かつお節	・ゆでうどん・三温糖 ・さつまいも・天ぷら粉 ・調合油・精白米	・青ねぎ・オレシジ・にんじん	590kcal 1.9g	468kcal 1.5g
25 土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			
27 月	ご飯 白身魚のトマト煮 いんげんのごま和え 麩とわかめの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 かぼちゃのケーキ	・たら・グリーンピース ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・片栗粉・調合油 ・いりごま・三温糖 ・お子様せんべい ・米粉パウダー パンケーキ用	・たまねぎ・ホールトマト・にんじん ・トマトケチャップ・さやいんげん ・カットわかめ・青ねぎ ・冷凍くりかぼちゃ	560kcal 1.6g	494kcal 1.3g
28 火	赤飯 鶏肉の竜田揚げ ポテトサラダ 白菜スープ	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 フチケーキ	・あずき・若鶏もも肉 ・ロースハム・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま ・片栗粉・調合油・じゃがいも ・マヨネーズ・はるさめ ・カステラ	・しょうが・きゅうり・にんじん ・レタス・はくさい・たまねぎ ・冷凍くりかぼちゃ・みかん缶詰	664kcal 1.4g	543kcal 1.1g
29 水	ご飯 あじの塩焼き 変わり金平 かぼちゃと長ネギの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 パナナのヨーグルト和え	・あじ・ふたもも肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・プレーンヨーグルト	・精白米・しらたき・三温糖	・ごぼう・にんじん ・冷凍くりかぼちゃ・長ねぎ・りんご ・みかん缶詰・パイナップル缶詰 ・パナナ	486kcal 1.1g	409kcal 0.9g
30 木	ナポリタンスパゲティ フロッキーときのこのサラダ りんご	牛乳 ふかし芋 牛乳 しそじゃこおにぎり	・ウインナーソーセージ ・普通牛乳・しらす干し	・マカロニ・スパゲティ ・調合油・ごま油・三温糖 ・さつまいも・精白米 ・いりごま	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトケチャップ・フロッキー ・ぶなしめじ・えのきだけ・りんご ・しりの葉	508kcal 1.7g	448kcal 1.3g
31 金	どうもろこしごはん 豆腐の松風焼き 三色彩りサラダ 厚揚げと大根の味噌汁	牛乳 パナナ 牛乳 人参フレンチトースト	・木綿豆腐・ふたひき肉 ・調整豆乳・淡色辛みそ ・プロセスチーズ・生揚げ ・普通牛乳	・精白米・三温糖・いりごま ・ごま油・食パン・有塩バター	・冷凍コーン・長ねぎ・にんじん ・ミニトマト・きゅうり・黄ピーマン ・だいこん・カットわかめ・青ねぎ ・パナナ	575kcal 1.8g	520kcal 1.3g

※おやつは上段が午前のおやつです。下段が午後のおやつになります。午前のおやつは3歳未満児までになります。
 ※園で使用しているハム・ベーコン・ちくわ・かまぼこ・さつま揚げ・かにかまぼこ・てんぷら粉・ホイップクリーム・コッパンには、卵・乳・乳製品が含まれない食品を使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。
 ※ご質問等がありましたらお気軽にお問い合わせください。