



# 給食献立表



2020年

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	エネルギーたんぱく質
2	月	筑前煮 焼ししゃも オレンジ	粉乳 ★オニオン&ツナパン	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ・ししゃも 脱脂粉乳・鶏卵・カル鉄牛乳 まぐろ缶詰・エメンタルチーズ	さといも・なたね油・車糖 ホットケーキミックス	にんじん・スナップえんどう・たけのこ 生しいたけ・大根・ごぼう バレンシアオレンジ・たまねぎ	455kcal 28.1g
3	火	豚汁 チキンナゲット いちご	麦茶 ★桜餅 せんべい	カルピス・豚もも・木綿豆腐 油揚げ・麦みそ・鶏もも・鶏ひき肉 鶏卵・こしあん	ひなあられ・じゃがいも・なたね油 かたくり粉・米・塩せんべい	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼう ほんしめじ・にんにく・しょうが・あおりの いちご・桜の葉塩漬	453kcal 20.7g
4	水	鱈の照り焼き 春雨の酢の物 ミニトマト 大根とえのきのスープ ぶどう	粉乳 ★黒胡麻ドーナツ	ぶり・蒸しかまぼこ・鶏卵 絹ごし豆腐・煮干し・脱脂粉乳 木綿豆腐・カル鉄牛乳 きな粉	緑豆はるさめ・車糖・ごま ホットケーキミックス・ごま・なたね油	しょうが・きゅうり・にんじん・こまつな わかめ・みかん缶詰・ミニトマト・大根 えのきたけ・こねぎ・ぶどう	463kcal 25.9g
5	木	お別れ会・誕生会 (お子様ランチ) ごはん エビフライ ポテトサラダ ウィンナーソーテ フライドポテト ミニトマト いちご 豆腐としめじのスープ	麦茶 お祝いケーキ	ウィンナー・絹ごし豆腐・煮干し	ふりかけ 鮭わかめ・えびフライ なたね油・じゃがいも・フライドポテト 焼きふ・ショートケーキ	きゅうり・にんじん・スイートコーン アスパラガス・サラダナ・ミニトマト・いちご ほんしめじ・こねぎ	
6	金	クリームシチュー ツナ入り卵焼き りんご	粉乳 ★チョコチップ入りスコーン	鶏もも・カル鉄牛乳 まぐろ缶詰・鶏卵・脱脂粉乳	じゃがいも・無塩バター・薄力粉 車糖・ホットケーキミックス ミルクチョコレート	にんじん・たまねぎ・グリーンピース 西洋かぼちゃ・ブロッコリー・アスパラガス りんご	464kcal 20.2g
7	土	すき焼き風煮 いわし揚げ オレンジ	牛乳 ココアワッフル	豚もも・豚ばら・焼き豆腐 さつま揚げ・普通牛乳	うどん・車糖・なたね油 ココアワッフル	はくさい・にんじん・根深ねぎ・こまつな たまねぎ・生しいたけ バレンシアオレンジ	448kcal 20.3g
9	月	中華スープ 松風焼き バナナ	粉乳 ★きな粉トースト	油揚げ・豚ひき肉・木綿豆腐 麦みそ・脱脂粉乳・きな粉	緑豆はるさめ・じゃがいも・なたね油 かたくり粉・ごま・食パン・車糖 無塩バター	ほんしめじ・こまつな・にんじん えのきたけ・こねぎ・たまねぎ・あおりの バナナ	463kcal 22.0g
10	火	鶏の唐揚げ ミモザサラダ ミニトマト いちご 南瓜と豆腐のみそ汁	粉乳 ★ココアゼリー	鶏もも・鶏卵・ボンレスハム 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・カル鉄牛乳 ホイップクリーム	かたくり粉・なたね油 マカロ・車糖	しょうが・にんにく・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・ブロッコリー・ミニトマト いちご・西洋かぼちゃ・カットわかめ えのきたけ・こねぎ・寒天	463kcal 26.6g
11	水	白身魚のパン粉焼き きんぴらごぼう ミニトマト 若竹汁 りんごゼリー	粉乳 ★ブルーベリージャムサンド	まだい・パルメザンチーズ・豚もも 油揚げ・絹ごし豆腐・煮干し かつお節・脱脂粉乳・ホイップクリーム	薄力粉・パン粉・なたね油・車糖 ごま・すりおろしりんごゼリー 食パン・ブルーベリージャム	パセリ・ごぼう・にんじん・たまねぎ ほんしめじ・アスパラガス・ミニトマト たけのこ・こねぎ	454kcal 28.2g
12	木	焼きそば もずくと厚揚げのスープ 味付け海苔 りんご	麦茶 ★ねぎ味噌焼きおにぎり ★揚げいりこ	豚もも・豚ばら・しらす干し 蒸しかまぼこ・厚揚げ・麦みそ 煮干し	中華めん・ごま油・米・ごま・車糖 なたね油	にんじん・たまねぎ・こまつな・青ピーマン キャベツ・りょうとうもやし・生しいたけ おきなわもずく・トウモロコシ・えのきたけ 味付けのり・りんご・根深ねぎ	454kcal 19.1g
13	金	ポークカレー ブロッコリーのツナマヨ和え 福神漬 オレンジ	粉乳 ★ビスケット	豚もも・あさり缶詰・しばえび こういか・まぐろ缶詰・脱脂粉乳 鶏卵	じゃがいも・なたね油・薄力粉・車糖 無塩バター	にんじん・たまねぎ・グリーンピース 西洋かぼちゃ・ブロッコリー スナップえんどう・福神漬 バレンシアオレンジ	446kcal 21.0g
14	土	豚肉と干大根の煮物 白身魚のフライ ももゼリー	牛乳 チョコパン	豚もも・厚揚げ・高野豆腐 蒸しかまぼこ・普通牛乳	車糖・なたね油・白身フライ すりおろしゼリーピーチ チョコパン	切干しだいこん・にんじん・たまねぎ さやいんげん・えのきたけ・生しいたけ	486kcal 22.6g
16	月	肉団子入りみそ汁 野菜コロッケ オレンジ	粉乳 ★英国風パンプティング	豚ひき肉・厚揚げ・煮干し・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・カル鉄牛乳	水・かたくり粉・じゃがいも・コロッケ なたね油・食パン・りんごジャム 有塩バター・車糖	大根・にんじん・たまねぎ・葉ねぎ バレンシアオレンジ・パインアップル缶詰	453kcal 21.4g
17	火	肉じゃが 納豆 バナナ	粉乳 ★いちごクレープ	豚もも・豚ばら・蒸しかまぼこ うずら卵水煮缶詰・糸引き納豆 脱脂粉乳・ホイップクリーム	じゃがいも・車糖・なたね油 クレープシート・カールリングチョコレート	たまねぎ・にんじん・アスパラガス・バナナ いちご	455kcal 22.2g
18	水	白身魚の甘露煮 こまつなサラダ ミニトマト 豆腐としめじのみそ汁 洋梨ゼリー	粉乳 ★パルミエ	まだい・ベーコン・油揚げ・木綿豆腐 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま すりおろし洋梨ゼリー・パイ皮 グラニュー糖	しょうが・こまつな・りょうとうもやし にんじん・きゅうり・ミニトマト・ぶなしめじ たまねぎ・こねぎ	459kcal 23.9g
19	木	ミックスグラタン 青さとえのきのすまし汁 ふりかけ バナナ	粉乳 プリン	鶏もも・ベーコン カル鉄牛乳 エメンタルチーズ・木綿豆腐 煮干し・かつお節・脱脂粉乳	マカロ・スパゲッティ・薄力粉 無塩バター・ふりかけ 鮭わかめ カスタードプディング	たまねぎ・ブロッコリー・スイートコーン缶詰 にんじん・あおさ・えのきたけ・こねぎ バナナ	459kcal 24.4g
21	土	肉うどん のりつくだ煮 オレンジ	牛乳 たべっこどうぶつ	豚もも・蒸しかまぼこ・さつま揚げ かつお節・煮干し・普通牛乳	車糖・なたね油・うどん・ビスケット	たまねぎ・こねぎ・カットわかめ・こまつな ま昆布・のりのつくだ煮 バレンシアオレンジ	445kcal 22.3g
23	月	野菜たっぷり汁 季節のがね オレンジ	粉乳 ★クロックムッシュ	豚もも・うずら卵水煮缶詰・油揚げ 脱脂粉乳・ボンレスハム プロセスチーズ・鶏卵 グリコ カル鉄牛乳	ながいも・薄力粉・上新粉・なたね油 食パン・車糖	にんじん・大根・たまねぎ・えのきたけ キャベツ・葉ねぎ・チンゲンサイ ほんしめじ・こまつな・スナップえんどう 西洋かぼちゃ・アスパラガス バレンシアオレンジ	453kcal 25.1g
24	火	麻婆豆腐 新玉入り納豆和え いちご	ジョア ★ハイデザンドクッキー	豚ひき肉・絹ごし豆腐・麦みそ 糸引き納豆・しらす干し・鶏卵・鶏卵 普通牛乳	車糖・かたくり粉・なたね油・ごま ジョア・薄力粉・無塩バター グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生しいたけ こねぎ・こまつな・しょうが・グリーンピース 葉たまねぎ・りょうとうもやし・いちご	453kcal 22.0g
25	水	魚のあけぼの焼き ひじきと大豆の煮物 ミニトマト パイン缶 大根とわかめのスープ	粉乳 ★ケーキサレ (カレーコーン)	まだい・パルメザンチーズ・豚もも だいたい・油揚げ・絹ごし豆腐・煮干し 脱脂粉乳・鶏卵・カル鉄牛乳 ベーコン・エメンタルチーズ	車糖・なたね油・ホットケーキミックス	しょうが・にんじん・ほしひじき・たまねぎ ミニトマト・パインアップル缶詰・大根 わかめ・えのきたけ・こねぎ スイートコーン缶詰	448kcal 28.2g
26	木	肉味噌ラーメン もずく バナナ	粉乳 ★チーズスティック	豚ひき肉・赤色辛みそ・鶏卵・煮干し 脱脂粉乳・パルメザンチーズ カル鉄牛乳	中華めん・車糖・なたね油・とりがら ぶたがら・薄力粉・強力粉 無塩バター	しょうが・にんにく・こまつな りょうとうもやし・にんじん・キャベツ たまねぎ・こねぎ・スイートコーン缶詰・もずく バナナ	464kcal 23.5g
27	金	春キャベツのハンバーグ マカロニサラダ ミニトマト みかん缶 南瓜とわかめの味噌汁	元気ヨーグルト 蒸しケーキ	豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ロースハム・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し	パン粉・車糖・マカロ 元気ヨーグルト・蒸しケーキ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・きゅうり 切干しだいこん・スナップえんどう 赤たまねぎ・ミニトマト・みかん缶詰 西洋かぼちゃ・わかめ・ぶなしめじ トウモロコシ	451kcal 19.9g
28	土	ハヤシライス ドレッシングサラダ ヤクルト	牛乳 アスパラ菓子	豚もも・豚ばら・ベーコン・普通牛乳	じゃがいも・なたね油・ヤクルト400 ビスケット	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー グリーンピース・キャベツ・きゅうり・大根 スイートコーン缶詰・こまつな	460kcal 16.2g
30	月	けんちん汁 手作り焼売 りんごゼリー	野菜ジュース 塩せんべい	豚もも・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 豚ひき肉・はんぺん	さといも・じゃがいも・なたね油 しゅうまいの皮・かたくり粉・ごま油 車糖・すりおろしりんごゼリー 塩せんべい	ぶなしめじ・ごぼう・にんじん・たまねぎ こねぎ・キャベツ・しょうが 野菜ジュース+果物	437kcal 17.0g

5日(木)・・・お別れ会・おたんじょう会 ～お米0.5合を持たせてください。(たんぼぼ、すみれ、ひまわり)  
28日(土)・・・卒園式  
30日(月)・・・修園式

園では、ひまわり組さんのリクエストを中心とした「お別れ給食」が始まります。今まで食べた給食のなかで思い出に残った献立や、子どもたちが好きな献立を盛り込んでみました♡。給食室でも一年間の腕の見せどころ!!とばかりに、おいしく楽しく食べられるよう張り切って作ります(´o`)

