5月　給食献立表　（1・2号認定）

認定こども園　東海大学付属自由ケ丘幼稚園

日	曜日	献立名 主食	献立名 おかず	材料 血や肉をつくる	材料 熱や力になる	材料 体の調子を整える	材料 調味料	カロリー
1	月	他人丼		豚肉、豆腐、卵	ごはん、砂糖	玉ネギ、ネギ	濃口醤油、酒、みりん	399
			赤魚の西京焼き	赤魚の西京焼き				
			もやしのゆかり和え			もやし、人参	ゆかり、薄口醤油	
			こどもの日デザート		こどもの日デザート（サイダー風ゼリー）			
2	火	〈八十八夜〉とうもろこしごはん			ごはん、とうもろこし		塩	416
			唐揚げ	鶏肉	片栗粉、なたね油		濃口醤油、塩コショー、酒	
			春雨入りスープ	豚肉	春雨、なたね油、ごま油	人参、玉ネギ、キャベツ、生姜、ネギ	中華だし、塩コショー、薄口醤油	
			お茶プリン		静岡県産お茶プリン			
6	土	ごはん 2号のみ			ごはん			432
			鮭のマヨネーズ焼き	鮭	マヨネーズ、なたね油	ブロッコリー	酒、塩コショー	
			ミートボール	華味鳥つくね	砂糖、なたね油		塩コショー、ケチャップ、薄口醤油	
			いんげんのソテー	ベーコン	なたね油	いんげん	塩コショー	
			玉ネギの味噌汁	味噌、豆腐		玉ネギ、人参、えのき、ネギ	いりこ、だしの素	
8	月	ごはん			ごはん			413
			肉豆腐	豆腐、牛肉	なたね油、しらたき、砂糖、粉末黒糖	白ネギ、人参、きざみいんげん	濃口醤油、薄口醤油、酒、みりん	
			ほうれん草のおひたし		砂糖、胡麻	ほうれん草、人参、もやし	濃口醤油、みりん	
			大学芋	大学芋				
			大根の味噌汁	わかめ、味噌		大根、人参、玉ネギ、ネギ	いりこ、だしの素	
9	火	ナポリタンスパゲティ		博多の薫りソーセージ	ママースパゲティ、なたね油	玉ねぎ、人参、ﾐｯｸｽﾋﾟｰﾏﾝ	ｹﾁｬｯﾌﾟ、ｳｽﾀｰｿｰｽ、塩コショー、ｺﾝｿﾒ	414
			チーズはんぺんフライ	チーズはんぺんフライ	なたね油			
			コーンスープ	牛乳	コーンスープ	パセリ		
10	水	ごはん			ごはん			423
			豚肉の味噌漬け	豚肉	なたね油	玉ネギ	味噌豚の素	
			さつま揚げ	ころっと薩摩揚げ	なたね油			
			れんこんの塩きんぴら	青のり	ごま油、胡麻	れんこん、人参	塩、みりん、濃口醤油	
			お魚ボールのお澄まし	お魚ボール、わかめ		椎茸、人参、ほうれん草	薄口醤油、塩、だしの素	
11	木	たぬき丼		ツナ、卵	ごはん、天かす、しらたき、砂糖	人参、枝豆	濃口醤油、薄口醤油、酒、みりん	400
			南瓜サラダ	ロースハム	マヨネーズ	南瓜、きゅうり	塩コショー	
			豆乳豚汁	豚肉、豆乳、味噌	里芋、ごま油	大根、人参、ごぼう、長ネギ	だしの素	
12	金	【弁当日】	※お弁当の準備をお願いします。					
13	土	ごはん 2号のみ			ごはん			411
			鶏肉のソテー	鶏肉	なたね油、ママースパゲティ	アスパラ	塩コショー	
			ソーセージのケチャップ炒め	博多の薫りソーセージ	なたね油		ケチャップ	
			粉ふき芋	じゃがいも、青のり			塩	
			なすの味噌汁	わかめ、味噌		玉ネギ、人参、なす、しめじ	いりこ、だしの素	
15	月	【弁当日】	★誕生会★　※お弁当の準備をお願いします。　おやつ：『クッキーガーデン』さんのクッキーを食べます。					
16	火	キーマカレーライス		合挽肉、ヨーグルト	なたね油、ごはん	玉ｷﾞ、人参、にんにく、ﾄﾏﾄ缶	カレーフレーク	431
			エビカツ	エビカツ	なたね油			
			ほうれん草の炒め物	ベーコン	なたね油、コーン	ほうれん草、人参	塩コショー、薄口醤油	
17	水	ピース入り昆布ごはん		ちりめんじゃこ、塩昆布	ごはん	グリンピース		399
			彩り野菜のとうふ寄せ	彩り野菜のとうふ寄せ	なたね油	ブロッコリー		
			胡瓜の土佐和え	かつおぶし	砂糖	きゅうり	濃口醤油	
			ゼリー		日向夏ゼリー			
18	木	ごはん			ごはん			389
			鯖の照り焼き	サバ照焼		ブロッコリー		
			人参しりしり	ツナ、卵	コーン、なたね油、砂糖	人参、ネギ	塩、酒、薄口醤油	
			昆布和え	塩昆布		キャベツ、人参、きゅうり	濃口醤油	
			野菜の味噌汁	豆腐、味噌	里芋	玉ネギ、人参、ほうれん草	いりこ、だしの素	
19	金	なっとく丼		鶏ミンチ、ひきわり納豆	ごはん、なたね油、砂糖	ネギ	濃口醤油	460
			昔のコロッケ	昔のコロッケ	なたね油			
			ざぶ汁	豆腐	なたね油	椎茸、笹がきごぼう、人参、大根、ネギ	濃口醤油、いりこ、だしの素	
20	土	ごはん 2号のみ			ごはん			402
			鮭の南蛮漬け	鮭	小麦粉、なたね油、砂糖	玉ネギ、人参、ミックスピーマン	酒、濃口醤油、酢	
			がんもどきの含め煮	がんもどき	砂糖		薄口醤油、みりん、酒、だしの素	
			小松菜のおかか和え	かつおぶし	砂糖	小松菜	濃口醤油	
			里芋の味噌汁	わかめ、味噌	里芋	玉ネギ、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
22	月	ごはん			ごはん			431
			八珍豆腐(はっちんどうふ)	豚肉、豆腐	砂糖、粉末黒糖、なたね油、ごま油	たけのこ、人参、玉ネギ、椎茸	濃口醤油、薄口醤油、酒	
			とうもろこしの香ばし揚げ	とうもろこしの香ばし揚げ	なたね油			
			胡瓜の酢の物	ちりめんじゃこ、わかめ	砂糖	きゅうり、人参	酢、濃口醤油、薄口醤油	
			きのこの味噌汁	味噌		しめじ、えのき、玉ｷﾞ、人参、ﾁﾝｹﾞﾝ菜	いりこ、だしの素	
23	火	うどん 炊込みごはん		梅かまぼこ	うどん麺		創味和風かおりだし	380
			炊込みごはん	鶏肉	ごはん	人参、ごぼう、こんにゃく	薄口醤油、酒、みりん、だしの素、塩	
			ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、青のり	小麦粉、なたね油			
			ゼリー		いちごゼリー			
24	水	ごはん			ごはん			389
			デミハンバーグ	やわらかハンバーグ	なたね油	ブロッコリー	デミグラスソース	
			アスパラのじゃこ和え	ちりめんじゃこ	ごま油	アスパラ、キャベツ	濃口醤油、酒	
			チキンナゲット	チキンナゲット	なたね油			
			ミネストローネ	ベーコン	じゃがいも、なたね油、砂糖	玉ネギ、人参、にんにく、ﾄﾏﾄ缶	コンソメ、塩コショー	
25	木	たけのこごはん		油揚げ	ごはん	たけのこ、人参、椎茸、きざみいんげん	薄口醤油、酒、みりん、だしの素	410
			いわしの梅煮	いわしの梅煮		人参、ブロッコリー		
			照り焼きつくね	華味鳥つくね	なたね油、砂糖		塩コショー、濃口醤油、みりん	
			りんご			カットりんご		
26	金	ポークカレーライス		豚肉	ごはん、じゃがいも、なたね油	玉ネギ、人参	カレーフレーク	431
			アメリカンドック	弁当ミニドック	なたね油			
			とうもろこし	とうもろこし			塩	
27	土	ごはん 2号のみ			ごはん			426
			ホイコーロー	豚肉	砂糖、なたね油、片栗粉	ｷｬﾍﾞﾂ、ﾐｯｸｽﾋﾟｰﾏﾝ、人参、玉ｷﾞ	酒、濃口醤油、ﾃﾝﾒﾝｼﾞｬﾝ、塩コショー	
			揚げしゅうまい	しゅうまい	なたね油			
			小松菜の胡麻和え		砂糖、胡麻	小松菜、もやし、人参	濃口醤油、だしの素	
			ニラの味噌汁	豆腐、味噌		ニラ、玉ネギ、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
29	月	鮭ごはん		鮭フレーク	ごはん、胡麻		塩	387
			根菜入りメンチカツ	根菜入りメンチカツ	なたね油			
			もずくのスープ	もずく		人参、椎茸、ネギ	薄口醤油、だしの素、塩	
30	火	ごはん			ごはん			380
			いわしのトマト煮	いわしのトマト煮		アスパラ、人参		
			野菜コロッケ	ミニ野菜コロッケ	なたね油			
			ソーセージ	博多の薫りソーセージ	なたね油			
			厚揚げの味噌汁	厚揚げ、わかめ、味噌		玉ネギ、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
31	水	パン			ロールパン			458
			若鶏のピカタ	若鶏のピカタ		ブロッコリー		
			ほうれん草のソテー	ベーコン	なたね油	ほうれん草	塩コショー、濃口醤油	
			みかん缶			みかん缶		
			牛乳	牛乳				

※新型コロナ感染症対策により流通や物流の不具合などで材料等が滞る場合は、献立の一部もしくは献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。