

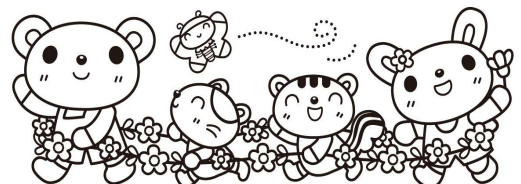
令和6年 5月いわさき幼稚園献立表



日	曜日	献立	材料	1人当り [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
1	水	ミートソーススパゲティ 粉ふき芋の青のり和え 茹でブロッコリー 豆腐とわかめのスープ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん たまねぎ 油 小麦粉 トマトケチャップ 中濃ソース 食塩 こしょう チーズ/じゃがいも 食塩 バター あおりの/ブロッコリー/だし汁 豆腐 食塩 しょうゆ わかめ/牛乳	454	22.9	15.9	2.0
特別食 2	木	鮭のちらしご飯 もやし甘酢あえ 若竹汁 一口ゼリー 牛乳	精白米 酒 食塩 鮭 えだまめ ごま 卵 砂糖 油 のり/きゅうり にんじん もやし 食塩 しょうゆ 酢 砂糖/だし汁 たけのこ わかめ 食塩 しょうゆ/一口ゼリー/牛乳	438	17.8	10.0	2.3
7	火	ご飯 ミートローフ きゃべつのおかか 和え 卵のスープ 牛乳	精白米/豚肉 たまねぎ にんじん コーン グリーンピース 油 片栗粉 食塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース/キャベツ もやし にんじん しょうゆ 砂糖 削り節/にんじん 根深ねぎ 卵 だし汁 しょうゆ 食塩 片栗粉/牛乳	481	20.8	17.4	1.6
8	水	ポークカレーライス ほうれん草の海苔和え みかんヨーグルト 牛乳	精白米 豚肉 にんじん たまねぎ じゃがいも 油 バター 薄力粉 コンソメ トマトケチャップ 中濃ソース 食塩 スキムミルク カレー粉/ほうれん草 もやし のり しょうゆ/ヨーグルト 砂糖 みかん/牛乳	552	20.5	17.8	1.3
9	木	ご飯 ちくわの磯部揚げ れんこんのきんぴら みそ汁 パナナ 牛乳	精白米/竹輪 薄力粉 あおりの 油/れんこん にんじん ごま油 だし汁 砂糖 しょうゆ ごま さやえんどう/だし汁 たまねぎ えのき みそ/パナナ/牛乳	444	12.9	11.6	1.1
13	月	ご飯 豆腐の味噌炒め コーンとわかめのスープ かっぱ漬 牛乳	精白米/豆腐 豚肉 にんじん 根深ねぎ ごま油 砂糖 しょうゆ みそ 食塩 片栗粉/鶏肉 油 根深ねぎ コーン 食塩 こしょうゆ わかめ/きゅうり 砂糖 しょうゆ 酢/牛乳	452	18.5	15.6	1.8
14	火	ご飯 豚肉と大豆のケチャップ煮 ゆでブロッコリー 和風わんたんスープ 牛乳	精白米/豚肉 大豆 にんじん たまねぎ 油 砂糖 トマトケチャップ 食塩 こしょう/ブロッコリー/だし汁 根深ねぎ チンゲンサイ 食塩 しょうゆ わんたんの皮/牛乳	471	18.7	14.9	1.4
15	水	肉うどん ほうれん草の海苔和え 大学芋 牛乳	だし汁 豚肉 干しいたけ にんじん たまねぎ うどん 食塩 しょうゆ 根深ねぎ/ほうれん草 もやし のり しょうゆ/さつまいも 砂糖 しょうゆ 油/牛乳	374	14.3	12.2	1.6
16	木	ご飯 肉じゃが ブロッコリーのしらす和え 春キャベツと麩のみそ汁 牛乳	精白米/じゃがいも にんじん たまねぎ 豚肉 しらすき グリーンピース 油 砂糖 しょうゆ/ブロッコリー しらす干し 油 しょうゆ/だし汁 たまねぎ キャベツ ふ みそ/牛乳	423	17.2	9.8	1.5
20	月	ご飯 ミートローフ 人参サラダ みそ汁 牛乳	精白米/豚肉 たまねぎ にんじん コーン グリーンピース 油 片栗粉 食塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース / にんじん もやし 油 酢 砂糖 しょうゆ ごま/だし汁 えのき ぶなしめじ 油揚げ みそ/牛乳	499	19.8	19.3	1.6
21	火	ご飯 魚のごまみそ焼き 粉ふき芋の青のり和え みそ汁 牛乳	精白米/魚 みそ 砂糖 ごま/じゃがいも 食塩 バター あおりの/だし汁 キャベツ コーン みそ/牛乳	420	17.5	12.1	1.2
22	水	ハヤシライス きゃべつのおかか和え みかんヨーグルト 牛乳	精白米 豚肉 たまねぎ にんじん 油 バター 薄力粉 砂糖 トマトピューレー ウスターソース 食塩 コンソメ/キャベツ もやし にんじん しょうゆ 砂糖 削り節/ヨーグルト 砂糖 みかん/牛乳	521	19.3	17.1	0.8
誕生会 23	木	ミートソーススパゲティ ほうれん草とコーンの炒め物 パナナケーキ 牛乳	スパゲティ 豚肉 にんじん たまねぎ 油 小麦粉 トマトケチャップ 中濃ソース 食塩 こしょう チーズ/油 ほうれん草 コーン 食塩 こしょう/薄力粉 ベーキングパウダー パナナ バター 砂糖 卵/牛乳	524	20.7	18.8	1.4
27	月	ご飯 肉じゃが もやし甘酢あえ みそ汁 牛乳	精白米/じゃがいも にんじん たまねぎ 豚肉 しらすき グリーンピース 油 砂糖 しょうゆ/きゅうり にんじん もやし 食塩 しょうゆ 酢 砂糖/だし汁 えのき ぶなしめじ 油揚げ みそ/牛乳	412	15.5	9.3	1.8
28	火	ご飯 ちくわの磯部揚げ 人参サラダ 和風わんたんスープ 一口ゼリー 牛乳	精白米 /竹輪 薄力粉 あおりの 油/にんじん もやし 油 酢 砂糖 しょうゆ ごま/だし汁 根深ねぎ チンゲンサイ 食塩 こいししょうゆ わんたんの皮/一口ゼリー/牛乳	431	12.8	13.1	1.3
29	水	肉うどん れんこんのきんぴら 牛乳寒天 牛乳	だし汁 豚肉 干しいたけ にんじん たまねぎ うどん 食塩 しょうゆ 根深ねぎ /れんこん にんじん ごま油 だし汁 砂糖 しょうゆ ごま さやえんどう/粉寒天 砂糖 牛乳 みかん/牛乳	348	15.0	12.0	1.6
30	木	ご飯 豆腐の味噌炒め ブロッコリーのしらす和え たけのこのスープ 牛乳	精白米/豆腐 豚肉 にんじん 根深ねぎ ごま油 砂糖 しょうゆ みそ 食塩 片栗粉/ブロッコリー しらす干し 油 しょうゆ/だし汁 たけのこ わかめ 食塩 しょうゆ ごま/牛乳	453	20.6	15.7	1.6
弁当の日		10日(金)・17日(金)・24日(金)・31日(金)					

給食室から

- *材料の都合により献立を一部変更することがあります。
- *幼稚園では、煮干し、かつお、さば、あじ、昆布、干しシイタケのだしを使っています。この「だし」は、味噌汁や煮物などの料理に利用しています。



*今月より「今日の給食」のトップ画面は、いわさき幼稚園、いわさき第2幼稚園が交互の掲載となります。「今日の給食一覧」をクリックしていただきますと当園の給食がご確認できます。