

献立名	01(土) そばめし 豆腐スープ	06(木) ハマシライス みかん入りサラダ ブロッコリーソテー トマト	07(金) 牛丼 ツナサラダ 海藻みそ汁 かまぼこ	08(土) ハムピラフ コンソメスープ	10(月) ごはん 豚じゃが 小松菜のおひたし 豆腐と油揚げのみそ汁 春巻き	11(火) 中華おこわ 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーサラダ 卵スープ ミニトマト	12(水) ごはん チーズオムレツ フレンチサラダ わかめスープ いんげんの和え物	13(木) ごはん さわらの塩焼き 人参とごぼうのきんぴら 豆腐とわかめのみそ汁 ツナきゅうり	14(金) ごはん 鶏肉のマーマレード煮 野菜ソテー 豆腐と玉ねぎのみそ汁 きゅうりの塩昆布和え	15(土) ナポリタン キャベツの野菜スープ	17(月) チキンカレー マカロニサラダ ほうれん草のごま和え 福神漬け	18(火) ごはん 鮎の味噌煮 小松菜のなめたけ和え けんちん汁 大根なます	19(水) ごはん 鶏のごまみそ焼き ごまつなの納豆和え さつま汁 いんげんのソテー	20(木) 他人丼 ほうれん草のおかか和え 豆腐とわかめのみそ汁 大豆サラダ
食品名	中華めん 精白米 なたばら キャベツ 青ねぎ 醤油 焼そばソース 食塩 こしょう 絹ごし豆腐 スイートコーン チンゲンサイ たまねぎ 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 こしょう	精白米 栄養強化米 牛もも(皮脂無) 調味油 清酒 たまねぎ にんじん ふなしめじ グリーンピース ハヤシルウ トマトケチャップ キャベツ きゅうり みかん缶詰 マヨネーズ 薄口しょうゆ 食塩 こしょう	精白米 栄養強化米 牛もも(皮脂無) 調味油 清酒 たまねぎ にんじん ふなしめじ グリーンピース かつお・昆布だし 砂糖 濃口しょうゆ みりん風調味料 まぐろフレーク にんじん ブロッコリー プロセスチーズ マヨネーズ 食塩 こしょう 海藻ミックス 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし 淡色辛みそ 淡しかまぼこ	精白米 プレスハム ミックスベジタブル ブイヨン ソフトマーガリン 濃口しょうゆ 食塩 キャベツ きゅうり たまねぎ ブイヨン 薄口しょうゆ 食塩 こしょう	精白米 栄養強化米 たまねぎ 清酒 じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき さいいんげん かつお・昆布だし 砂糖 濃口しょうゆ みりん風調味料 まぐろフレーク にんじん ブロッコリー プロセスチーズ マヨネーズ 食塩 こしょう 海苔ミックス 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし 淡色辛みそ 淡しかまぼこ	もち米 ベークン ゆでだけのこ 乾しいたけ にんじん 紹興酒 濃口しょうゆ 砂糖 オイスターソース ごま油 若鶏もも からあげ粉 調味油 ブロッコリー まぐろフレーク スイートコーン プロセスチーズ マヨネーズ 食塩 こしょう 鶏卵 たまねぎ 乾わかめ 薄口しょうゆ きょうざの皮 ろース プロセスチーズ 片栗粉 調味油	精白米 栄養強化米 たまねぎ プロセスチーズ キャベツ たまねぎ エリンギ マーマレード 濃口しょうゆ 砂糖 たまねぎ 食塩 ごま油 いりごま 絹ごし豆腐 ウスターソース 焼き竹輪 食塩 こしょう 青ねぎ マヨネーズ 食塩 こしょう 乾わかめ たまねぎ 薄口しょうゆ 食塩	精白米 栄養強化米 たまねぎ しょうが ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ 砂糖 みりん風調味料 ごま油 いりごま キャベツ たまねぎ エリンギ マーマレード 濃口しょうゆ 砂糖 たまねぎ 食塩 ごま油 いりごま 絹ごし豆腐 ウスターソース 焼き竹輪 食塩 こしょう 青ねぎ マヨネーズ 食塩 こしょう 乾わかめ たまねぎ 薄口しょうゆ 食塩	精白米 栄養強化米 たまねぎ しょうが ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ 砂糖 みりん風調味料 ごま油 いりごま キャベツ たまねぎ エリンギ マーマレード 濃口しょうゆ 砂糖 たまねぎ 食塩 ごま油 いりごま 絹ごし豆腐 ウスターソース 焼き竹輪 食塩 こしょう 青ねぎ マヨネーズ 食塩 こしょう 乾わかめ たまねぎ 薄口しょうゆ 食塩	マカロニ・スパゲティ ベーコン にんじん たまねぎ 青ピーマン 調味油 トマトケチャップ 食塩 こしょう キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ブイヨン 薄口しょうゆ 食塩 こしょう	精白米 栄養強化米 鶏もも 調味油 清酒 じゃがいも たまねぎ にんじん カレーウ 栄養強化米 絹ごし豆腐 キャベツ きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん ブイヨン 薄口しょうゆ 食塩 こしょう	精白米 栄養強化米 鶏もも いりごま 清酒 砂糖 みりん風調味料 淡色辛みそ 砂糖 ごまつな えのきたけ味付け瓶詰 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう きつまいも 焼き竹輪 かつお節 にんじん ふなしめじ 板こんにゃく 濃口しょうゆ たまねぎ 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし たまねぎ 薄口しょうゆ 砂糖 いりごま 福神漬	精白米 栄養強化米 鶏もも いりごま 清酒 砂糖 みりん風調味料 淡色辛みそ 砂糖 ごまつな えのきたけ味付け瓶詰 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう きつまいも 焼き竹輪 かつお節 にんじん ふなしめじ 板こんにゃく 濃口しょうゆ たまねぎ 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし たまねぎ 薄口しょうゆ 砂糖 いりごま 福神漬	精白米 栄養強化米 鶏もも いりごま 清酒 砂糖 みりん風調味料 淡色辛みそ 砂糖 ごまつな えのきたけ味付け瓶詰 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう きつまいも 焼き竹輪 かつお節 にんじん ふなしめじ 板こんにゃく 濃口しょうゆ たまねぎ 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし たまねぎ 薄口しょうゆ 砂糖 いりごま 福神漬
おやつ	ヨーグルト(いちご)	フルーチェ	牛乳 ココアケーキ	バナナ	牛乳 グレープフルーツゼリー	プリン	牛乳 バナナ	牛乳 柏餅	牛乳 ジャムサンド	バナナ	カルピスポンチ	牛乳 オレンジ	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 りんご
食品名	ヨーグルト いちご味	フルーチェ 普通牛乳	普通牛乳 ホットケーキミックス 鶏卵 ソフトマーガリン ビュアココア 砂糖 普通牛乳	バナナ	普通牛乳 グレープフルーツの素	プリン プリン 普通牛乳	普通牛乳 バナナ	普通牛乳 上新粉 砂糖 こしあん	普通牛乳 食パン いちごジャム	バナナ	カルピス 水 フルーツミックス缶	普通牛乳 オレンジ	普通牛乳 ぶどうゼリーの素 水	普通牛乳 りんご

献立名	21(金) ごはん レバニラ 春雨サラダ わかめスープ もも	22(土) えびピラフ 豆腐スープ	24(月) ウインナーピラフ ハンバーグ かぼちゃサラダ カラフルスープ 誕生日ケーキ	25(火) パン ビーフシチュー ブロッコリーサラダ みかん	26(水) ごはん 鮎のムニエル 切り干し大根サラダ わか玉スープ ブロッコリーのごま和え	27(木) ごはん 回鍋肉 ひじきサラダ ほうれん草のみそ汁 じゃが芋ソテー	28(金) ごはん 豚肉の生姜焼き 千切りキャベツ ほうれん草のごま和え 人参と大根のみそ汁	29(土) チャーハン 青菜スープ	31(月) ごはん 鶏肉の蒸し焼き ほうれん草の昆布和え のっぺい汁 もやしソテー
食品名	精白米 栄養強化米 鶏肝臓 片栗粉 清酒 にら りょくとうもやし キャベツ 赤ピーマン ごま油 薄口しょうゆ オイスターソース 砂糖 片栗粉 はるさめ きゅうり プレスハム 穀物酢 砂糖 薄口しょうゆ ごま油 いりごま 乾わかめ たまねぎ ふなしめじ 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 こしょう 乾燥梅	精白米 栄養強化米 ブラックペパー ミックスベジタブル たまねぎ ブイヨン ソフトマーガリン キャベツ 薄口しょうゆ 食塩 こしょう 絹ごし豆腐 スイートコーン チンゲンサイ たまねぎ 片栗粉 はるさめ きゅうり プレスハム 穀物酢 砂糖 薄口しょうゆ ごま油 いりごま 乾わかめ たまねぎ ふなしめじ 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 こしょう 乾燥梅	精白米 栄養強化米 ウインナーソーセージ たまねぎ ミックスベジタブル ブイヨン ソフトマーガリン キャベツ 薄口しょうゆ 食塩 こしょう ふたひき肉 牛ひき肉 たまねぎ にんじん ふなしめじ グリーンピース 木綿豆腐 普通牛乳 生パン粉 食塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース かぼちゃ きゅうり ミックスベジタブル プレスハム マヨネーズ 食塩 こしょう にんじん ブロッコリー 養ヒーマン たまねぎ ブイヨン 薄口しょうゆ	強力粉 薄力粉 砂糖 食塩 ソフトマーガリン 片栗粉 鶏卵粉乳 ドライイースト 牛もも 清酒 じゃがいも たまねぎ にんじん ふなしめじ グリーンピース 木綿豆腐 普通牛乳 生パン粉 食塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース かぼちゃ きゅうり ミックスベジタブル プレスハム マヨネーズ 食塩 こしょう にんじん ブロッコリー 養ヒーマン たまねぎ ブイヨン 薄口しょうゆ	精白米 栄養強化米 ふたもも 清酒 キャベツ たまねぎ ソフトマーガリン パセリ テンゲンジャン 濃口しょうゆ ごま油 にんじん 中華だし 大豆水煮缶詰 にんじん 乾ひじき まぐろフレーク 食塩 マヨネーズ ほうれん草 えのきたけ 油揚げ たまねぎ かつお・昆布だし 淡色辛みそ 薄口しょうゆ 食塩 こしょう ブロッコリー スイートコーン 濃口しょうゆ 砂糖 いりごま	精白米 栄養強化米 ふたもも 清酒 しょうが たまねぎ 濃口しょうゆ みりん風調味料 砂糖 パセリ 清酒 キャベツ ほうれん草 スイートコーン 濃口しょうゆ 砂糖 いりごま にんじん だいこん こんにゃく たまねぎ 油揚げ 青ねぎ かつお・昆布だし 淡色辛みそ	精白米 栄養強化米 焼豚 たまねぎ ミックスベジタブル 調味油 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 ごま油 いりごま キャベツ ほうれん草 チンゲンサイ 木綿豆腐 たまねぎ 青ねぎ 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 こしょう 生しいたけ 油揚げ たまねぎ かつお・昆布だし 薄口しょうゆ みりん風調味料 食塩 片栗粉 りょくとうもやし 食塩 こしょう ブイヨン	精白米 栄養強化米 焼豚 たまねぎ ミックスベジタブル 調味油 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 ごま油 いりごま キャベツ ほうれん草 チンゲンサイ 木綿豆腐 たまねぎ 青ねぎ 中華だし 薄口しょうゆ 食塩 こしょう 生しいたけ 油揚げ たまねぎ かつお・昆布だし 薄口しょうゆ みりん風調味料 食塩 片栗粉 りょくとうもやし 食塩 こしょう ブイヨン	精白米 栄養強化米 鶏もも いりごま 清酒 砂糖 みりん風調味料 淡色辛みそ 砂糖 ごまつな えのきたけ味付け瓶詰 木綿豆腐 だいこん にんじん ごぼう きつまいも 焼き竹輪 かつお節 にんじん ふなしめじ 板こんにゃく 濃口しょうゆ たまねぎ 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし たまねぎ 薄口しょうゆ 砂糖 いりごま 福神漬
おやつ	牛乳 さつま芋スティック	牛乳 オレンジ	ヨーグルト	牛乳 キウイフルーツ	牛乳 シュガーハイ	牛乳 にんじんケーキ	いちごババロア	ヨーグルト	牛乳 紅茶のパウンドケーキ
食品名	普通牛乳 さつま芋 ソフトマーガリン 砂糖	普通牛乳 オレンジ	ヨーグルト	普通牛乳 キウイフルーツ	普通牛乳 砂糖	普通牛乳 ソフトマーガリン にんじん 砂糖 普通牛乳	ババロアの素(いちご) パイ皮 ホイップクリーム	ヨーグルト	普通牛乳 ホットケーキミックス 鶏卵 ソフトマーガリン 砂糖 紅茶(茶) 普通牛乳

5月10日(月)~14日(金)はこいのぼりウィーク
こどもの日に因んだメニューとなっております。
どこにこいのぼりが入っているかな?お楽しみに♪

★ 献立表の見方 ★

- ◎ 鶏卵と牛乳を含む食品は、アレルギーであることがわかるように黄色でマーカーしています。
- ◎ 今月の給食とおやつを食べると平均して取れるであろう1日当たりの栄養量を「平均給与栄養量」として3歳以上児を黄色の表に、3歳未満児をピンクの表に示しています。

※食材の都合により献立が変更になる場合があります。

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆ 未満児

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA (1千-1化当量RE)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
409 Kcal	15.6 g	13.6 g	156 mg	2.2 mg	268 µg	0.44 mg	0.30 mg	22 mg

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆ 以上児

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA (1千-1化当量RE)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
472 Kcal	17.7 g	15.2 g	167 mg	2.5 mg	296 µg	0.50 mg	0.33 mg	25 mg