

2021年度 5月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤	緑	黄		
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの		
1 土	○	ハヤシライス 焼ポテト 枝豆 果物	豚もも肉	玉ねぎ いんげん 人参 しめじ	米 押麦 ハヤシルウ じゃがいも 油	麦茶 せんべい	<p>【かわ餅は縁起物】</p> <p>柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄、家系が絶えず、代々栄える」という意味を持つ、縁起のいい食べ物です。</p>  <p>【給食パン】</p> <p>「ゆめワーク」にお願いし、毎月かわいいパンを作っていただけ、おやつに提供しています。今月は「こいのぼりパン」です。</p>  <p>【アレルギーに関する食材】</p> <p>給食で使っているハム、ベーコン、かまぼこなどの練り製品、ホットケーキミックスなどは、献立表には明記していませんが、卵、乳を含まない食材を使っています。</p> <p>【げんきプロジェクト】</p> <p>伊豆市では、健康づくりのために、「げんきプロジェクト」を推進しています。 げんえん うんどう きんえんの3本柱です 園の給食では、減塩を意識して献立を作成しています。</p>
6 木	○	麦ご飯 果物 コロッケ 枝豆 ひじき煮 みそ汁	豚ひき肉 ひじき 油揚げ 豆腐 みそ	枝豆 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 シリアルバー	
7 金	○	キッズピビンバ そら豆の塩ゆで チーズ ゼリー 若竹汁	豚ひき肉 鶏ひき肉 チーズ	ねぎ もやし 人参 ほうれん草 そら豆	米 押麦 ごま油 ごま 砂糖	麦茶 こいのぼりパン (あんぱん)	
8 土	○	中華丼 枝豆 果物 中華スープ	豚もも肉 なんと	キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ ピーマン しいたけ	米 押麦 片栗粉 砂糖	麦茶 せんべい	
10 月	○	ラーメン 金時煮豆 小魚 ヨーグルト	豚もも肉 なんと 金時豆 いわし ヨーグルト	キャベツ 玉ねぎ もやし たけのこ 人参 ねぎ	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖	麦茶 ポップコーン さきいか	
11 火	○	麦ご飯 果物 魚のオーロラソース焼き ブロッコリー フレンチサラダ 具だくさんみそ汁	カラスカレイ 豆腐 油揚げ みそ	果物 ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 コーン	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖	麦茶 たこ焼き	
12 水	○	食パン 果物 タンドリーチキン ブロッコリー ポテトサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 ヨーグルト ロースハム ベーコン	果物 ブロッコリー 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	食パン じゃがいも マヨネーズ	麦茶 マカロニきな粉	
13 木	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き トマト 切干大根煮 みそ汁	生鮭 みそ 油揚げ みそ	果物 トマト 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 米粉のケーキ	
14 金	○	麦ご飯 果物 豆腐のチーズ団子 キャベツ 大根サラダ みそ汁	豆腐 チーズ ロースハム ツナ みそ わかめ	果物 玉ねぎ キャベツ 大根 人参 きゅうり 玉ねぎ	米 押麦 片栗粉 油 マヨネーズ	麦茶 メープルクッキー	
15 土	○	カレーライス 枝豆 チーズ 果物	豚もも肉 チーズ	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ 枝豆	米 押麦 カレールウ じゃがいも	麦茶 せんべい	
17 月	○	麦ご飯 果物 花シュウマイ 中華春雨サラダ みそ汁	豚ひき肉 ロースハム 油揚げ みそ	玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり 人参 キャベツ しいたけ	米 押麦 シュウマイの皮 ごま油 片栗粉 砂糖 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 みたらしマカロニ	
18 火	○	焼きそば ウインナー 枝豆 果物 豆腐のすまし汁	豚もも肉 ウインナー わかめ 豆腐	キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン 枝豆 果物 ねぎ	中華蒸麺 ごま油	麦茶 オレンジ蒸しパン	
19 水	○	食パン 果物 魚のフライ チーズサラダ コーン豆乳スープ	シイラ チーズ 豆乳	果物 キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ	食パン 小麦粉 パン粉 油 砂糖 油	引渡訓練	
20 木	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き 大豆の磯煮 みそ汁	鶏もも肉 大豆 ひじき 油揚げ みそ	果物 りんご レモン トマト 人参 いんげん もやし しいたけ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 カレーポテト	
21 金	○	麦ご飯 果物 さんまのかば焼き トマト 青菜の磯和え みそ汁	さんま のり かつお節 みそ	果物 トマト キャベツ 人参 青菜 玉ねぎ しめじ	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 サンドパン	
22 土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 もやしのスープ	豆腐 豚ひき肉 みそ いわし	玉ねぎ 人参 しいたけ ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉	麦茶 源氏パイ	
24 月	○	麦ご飯 果物 黒はんぺんのフライ トマト 大豆サラダ みそ汁	黒はんぺん 大豆 ロースハム チーズ 油揚げ みそ	果物 トマト きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ しいたけ ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 砂糖 マヨネーズ	麦茶 リンゴマフィン	
25 火	○	麦ご飯 ミニゼリー 鶏肉のから揚げ トマト フレンチサラダ わかめのスープ	鶏もも肉	トマト キャベツ きゅうり 人参 コーン もやし 人参 えのき	米 押麦 砂糖 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 プリン	
26 水	○	麦ご飯 果物 魚のごま照り焼き トマト キャベツのおかか和え みそ汁	さんま かつお節 豆腐 油揚げ みそ	果物 トマト キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖	麦茶 揚げパン	
27 木	○	食パン 果物 ハンバーグ トマト ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	豚ひき肉 豆腐 ロースハム	果物 玉ねぎ 人参 トマト ブロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 小松菜 しめじ	食パン パン粉 マヨネーズ じゃがいも	麦茶 おにぎり かみかみ昆布	
28 金	○	黒米ご飯 果物 赤魚の煮付け 納豆和え 具だくさんみそ汁	赤魚 納豆 みそ 油揚げ	果物 ほうれん草 人参 キャベツ 玉ねぎ 大根 人参 ごぼう しいたけ	米 黒米 砂糖	麦茶 ふかじじゃが芋	
29 土	○	チキンライス ウインナー ブロッコリー 小魚 果物 豆腐スープ	鶏もも肉 ウインナー いわし 豆腐	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ブロッコリー 果物 玉ねぎ えのき チンゲン菜	米 押麦 油	麦茶 せんべい	
31 月	○	麦ご飯 果物 魚の香味焼き トマト 切干大根煮	さば 油揚げ	果物 ねぎ トマト 切干大根 人参 いんげん	米 押麦 砂糖 ごま 油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	

	みそ汁	みそ	玉ねぎ えのき	じゃがいも				
※	※ 昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。			1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
※	※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。			乳児	518kcal	21.7g	17.3g	1.8g
	※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。			幼児	565kcal	23.2g	17.4g	2.1g

