

# 幼稚園給食献立表

平成29年5月

須磨浦幼稚園

日 曜日	献立名	材 料 名			
		(黄)力のもとになるもの	(緑)体の調子を整えるもの	(赤)血や肉となるもの	
1 月	ごはん 牛乳	白身魚のムニエル ささみとブロッコリーのサラダ サツマ芋とうずまき麩のみそ汁	米 小麦粉 キャノーラ油 パンパンシードレッシング サツマ芋 麩	パセリ ブロッコリー 人参 コーン 枝豆	ホキ骨なし 鶏ささみ 味噌 牛乳
2 火	ごはん 牛乳	鶏肉の味噌焼き 南瓜とアスパラのサラダ 法蓮草と麩のみそ汁	米 砂糖 キャノーラ油 マヨネーズ 麩	南瓜 グリーンアスパラ 玉葱 人参 法蓮草	鶏肉 味噌 牛乳
8 月	ごはん 牛乳	ビーフカレー 切干大根とインゲンのツナサラダ パイ	米 じゃが芋 キャノーラ油 カレールー	玉葱 人参 切干大根 インゲン パイ	牛肉 シーチキン 牛乳
9 火	ごはん 牛乳	鱈の南部揚げ 花野菜の和え物 白菜とうずまき麩のみそ汁	米 小麦粉 しいごま ごま キャノーラ油 砂糖 麩	昆布 ブロッコリー カリフラワー 人参 コーン 白菜 青葱	タラ骨なし 味噌 牛乳
11 木	めん 牛乳	和風スパゲティ ポテトサラダ オレンジ	スパゲティ キャノーラ油 じゃが芋 マヨネーズ	玉葱 しめじ 小松菜 人参 キュウリ オレンジ	ウィンナー(豚) 牛乳
15 月	ごはん 牛乳	鮭のマヨネーズ焼き キャベツと菜の花の和え物 わかめとうずまき麩のみそ汁	米 マヨネーズ キャノーラ油 砂糖 麩	キャベツ 菜の花 人参 コーン わかめ 青葱	鮭骨なし 味噌 牛乳
16 火	パン 牛乳	ホークビーンズ 春雨のサラダ	バターロール じゃが芋 緑豆春雨 砂糖	玉葱 枝豆 人参 キュウリ きくらげ ホールトマト	豚肉 大豆 牛乳
18 木	ごはん 牛乳	鶏肉と野菜の甘辛炒め 南瓜のカレー煮	米 キャノーラ油 砂糖	チンゲン菜 緑豆もやし 玉葱 人参 たけのこ しめじ 南瓜	鶏肉 牛乳
19 金	ごはん 牛乳	鱈の煮付け 法蓮草と白菜の和え物 サツマ芋と厚揚げのみそ汁	米 砂糖 サツマ芋	おろし生しょうが 法蓮草 白菜 人参	サワラ骨なし 厚揚げ 味噌 牛乳
22 月	ごはん 牛乳	豚肉と野菜のオイスター炒め しそ風味のちくわ天ぷら	米 キャノーラ油 ごま油 小麦粉	キャベツ ビーマン 黄ピーマン 玉葱 人参 ゆかり粉	豚肉 ちくわ 牛乳
23 火	ごはん 牛乳	鱈の塩焼き 高野豆腐の五目煮 じゃが芋とわかめのみそ汁 グリーンピースごはん	米 キャノーラ油 砂糖 じゃが芋	ひじき 蓮根 干しいたけ いんげん 人参 わかめ 青葱 グリーンピース	タラ骨なし 高野豆腐 味噌 牛乳
25 木	ごはん 牛乳	野菜と豚肉の醤油ミニラーメン 蒸しシューマイ 和梨ゼリー	米 中華麵 ごま油 和梨ゼリー	キャベツ 緑豆もやし 小松菜 人参 青葱	豚肉 シューマイ(鶏・豚) 牛乳
29 月	ごはん 牛乳	鱈の漬け焼き 小松菜と白菜のごまマヨ和え わかめと玉葱のみそ汁	米 砂糖 キャノーラ油 マヨネーズ しいごま	おろし生しょうが 白菜 小松菜 人参 わかめ 玉葱 青葱	サワラ骨なし 味噌 牛乳
30 火	ごはん 牛乳	鶏肉の唐揚げ キャベツのサラダ 法蓮草とうず揚げのみそ汁	米 片栗粉 キャノーラ油 イタリアンドレッシング	おろし生しょうが おろし生にんにく キャベツ キュウリ 人参 コーン 法蓮草	鶏肉 うず揚げ 味噌 牛乳



## 柏もち・ちまき

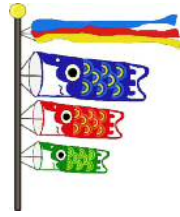


柏もちとは日本独自のもので、あんこが入っている餅です。柏の葉は、新しい芽が出てくるまで古い葉は落ちずに残っています。その為家系が絶えない縁起物として考えられています。

ちまきは、昔の中国の5月5日に、病氣、厄災を避ける大切な行事としてちまきを作り親戚へ配る風習が日本へ伝わったのが始まりです。餅米を包む笹の葉は、災難や病氣などから身を守ってくれる効果があるとされています。

昔の中国から伝わった「端午の節句」として男の子の健やかな成長を願う行事です。日本では1948年に「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」ことを趣旨として制定されました。

へいせい29ねん  
**5がつ**



《きゅうしょくこんだてひょう》

すまうらようちえん

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
しろみざかなのむにえる ささみとぶろっこりーのさらだ さつまいもとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	とりにくのみそやき かぼちゃとあすばらのさらだ ほうれんそうとふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	<けんぼうきねんび>	<みどりのひ>	<こどものひ> 
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
びーふかれー <small>きりほしだいこんといんげんのつなさらだ</small> ぱいん ぎゅうにゅう	たらなんぶあげ はなやさいのあえもの はくさいとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	<おべんとうのひ>	わふうすばげてい ポテトサラダ おれんじ ぎゅうにゅう	<ごぜんほいく>
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
さけのまよねーずやき きゃべつとなのはなのあえもの わかめとうすまきふのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	ぼーくびーんず はるさめのさらだ ぱん ぎゅうにゅう	<おべんとうのひ>	とりにくとやさいのあまからいめ かぼちゃのかれーに ごはん ぎゅうにゅう	さわらのにつけ <small>ほうれんそうとはくさいのあえもの</small> さつまいもとあつあげのみそしる ごはん ぎゅうにゅう
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
<small>ふたにくとやさいのおいすたーいため</small> しそふうみのちくわてんぷら ごはん ぎゅうにゅう	たらのおやき こうやどうふのごもくに じゃがいもわかめのみそしる ぐりんぴーすごはん ぎゅうにゅう	<おべんとうのひ>	<small>やさいとふたにくのしょうゆみならーめん</small> むししゅーまい わなしぜりー ごはん ぎゅうにゅう	<りんじきゅうぎょうび>
29(月)	30(火)	31(水)		
さわらのつけやき <small>こまつなとはくさいのごままよあえ</small> わかめとたまねぎのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	とりにくのからあげ きゃべつのさらだ ほうれんそうとうすあげのみそしる ごはん ぎゅうにゅう	<おべんとうのひ>		