



5月のきゅうしょくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1, 2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 脂肪		
5月1日	火	ミートスパゲッティ・牛乳・コーンサラダ・バナナ	ソフト麺・にんじん・玉ねぎ・豚ひき肉・牛ひき肉・トマト・グリーンピース・とうもろこし・もやし・きゅうり・わかめ・バナナ	488kcal 17.8g 14.5g	いちご	蒸しパン
5月2日	水	ピピンパ丼・豆腐の中巻スープ・にんじん入りこふき芋・オレンジ	米・牛肉・もやし・ほうれん草・にんじん・豆腐・わかめ・玉ねぎ・しいたけ・じゃが芋・オレンジ	481kcal 17.2g 12.7g	ビスケット	おにぎり
5月7日	月	カレーうどん・ツナとキャベツのサラダ・ヨーグルト	うどん・にんじん・ねぎ・玉ねぎ・油揚げ・豚肉・しいたけ・かまぼこ・キャベツ・ツナ・しめじ・きゅうり・ヨーグルト	524kcal 19.9g 17.7g	バナナ	おから ドーナッツ
5月8日	火	菊ごはん・アスパラとじゃが芋のみそ汁・豆腐ハンバーグ・春雨の酢の物・いちご	米・たけのこ・にんじん・油揚げ・じゃが芋・アスパラ・玉ねぎ・豆腐ハンバーグ・春雨・きゅうり・もやし・いちご	413kcal 11.4g 10.4g	豆乳	フライドポテト
5月9日	水	ごはん・かぶのスープ・いかのスティック揚げ・海藻サラダ	米・かぶ・もやし・ベーコン・いか・海藻ミックス・ツナ・キャベツ・にんじん・きゅうり	407kcal 18.3g 13.4g	オレンジ	おにぎり
5月10日	木	とりそぼろ丼・絹さやと生揚げのみそ汁・アスパラのじゃこ和え・バナナ	米・鶏ひき肉・にんじん・さやいんげん・玉ねぎ・干しシタケ・生揚げ・さやえんどう・玉ねぎ・アスパラ・キャベツ・にんじん・ちりめんじゃこ	449kcal 19.9g 13.0g	ヨーグルト	せんべい
5月11日	金	ごはん・沢煮焼・鮭の竜田揚げ・ポンス和え・オレンジ	米・豚肉・にんじん・ごぼう・大根・三つ葉・ねぎ・鮭・ほうれん草・もやし・オレンジ	502kcal 19.1g 17.5g	いちご	おにぎり
5月14日	月	豚味噌丼・かまぼこのすまし汁・さっぱり和え・バナナ	米・豚肉・にんじん・たけのこ・エリンギ・玉ねぎ・さやえんどう・かまぼこ・えのき・ほうれん草・きゅうり・だいこん・バナナ	379kcal 15.5g 8.3g	牛乳	蒸しパン
5月15日	火	ごはん・キャベツと玉ねぎのみそ汁・和風肉団子・車麩と野菜の煮物・フルーチェ	米・キャベツ・玉ねぎ・油揚げ・肉団子・肉団子・車麩・にんじん・星芋・しいたけ・フルーチェ	418kcal 14.0g 8.0g	バナナ	おにぎり
5月16日	水	ごはん・春野菜豚汁・きりざい納豆・三色和え	米・豚肉・にんじん・ごぼう・じゃが芋・玉ねぎ・アスパラ・豆腐・ひきわり納豆・野沢菜・沢庵・ほうれん草・もやし	375kcal 17.6g 7.6g	オレンジ	ビスケット
5月17日	木	丸パン(いちご&マーガリン)・きのこスープ・コロケ・カラフルサラダ・オレンジ	パン・いちご&マーガリン・えのきだけ・しめじ・玉ねぎ・ベーコン・コロケ・キャベツ・きゅうり・パプリカ・にんじん・とうもろこし・ハム・チーズ・オレンジ	514kcal 15.1g 22.5g	ヨーグルト	きなこマカロニ
5月18日 誕生会	金	ハヤシライス・ほうれん草のスープ・ひじきサラダ・デザート	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・トマトピューレ・ほうれん草・豆腐・しめじ・にんじん・玉ねぎ・ひじき・キャベツ・にんじん・とうもろこし・ツナ・デザート	591kcal 17.0g 23.2g	豆乳	おにぎり
5月21日	月	ごはん・小松菜と油揚げのみそ汁・鯖の生姜煮・五目きんぴら・白桃缶	米・小松菜・玉ねぎ・油揚げ・さば・つきこ・じゃが芋・にんじん・さやいんげん・さつま揚げ・白桃缶	519kcal 20.6g 17.3g	オレンジ	おにぎり
5月22日	火	タコライス・わかめスープ・じゃが芋のコロコロサラダ・オレンジ	米・豚ひき肉・牛ひき肉・玉ねぎ・にんじん・トマト・キャベツ・豆腐・わかめ・じゃが芋・とうもろこし・きゅうり・ハム・オレンジ	507kcal 18.7g 16.2g	ヨーグルト	豆腐ハンケーキ
5月23日	水	ごはん・胡麻みそスープ・キャベツメンチ・もやしとほうれん草の塩昆布和え・チーズ	米・かぶ・にんじん・小松菜・ねぎ・ごま・メンチカツ・もやし・ほうれん草・ハム・塩昆布・チーズ	463kcal 15.1g 16.2g	ビスケット	おにぎり
5月24日	木	しょうがしょうゆラーメン・牛乳・切干大根ナムル・オレンジ	中華麺・豚肉・にんじん・たけのこ・もやし・わかめ・とうもろこし・なると・牛乳・小松菜・切干大根・きくらげ・オレンジ	558kcal 21.1g 15.8g	いちご	フライドポテト
5月25日 親子遠足 0, 1, 2歳のみ給食	金	おにぎり・しめじと玉ねぎのみそ汁・チキンナゲット・温野菜サラダ・いちご	米・菜餵のもと・ゆかり・しめじ・玉ねぎ・チキンナゲット・ブロッコリー・じゃが芋・にんじん・いちご	360kcal 11.0g 8.1g	バナナ	せんべい
5月28日	月	食パン(ブルーベリージャム)・ポークビーンズ・わかめときゅうりのサラダ・ヨーグルト	食パン・ブルーベリージャム・大豆・豚肉・玉ねぎ・にんじん・じゃが芋・マッシュルーム・さやいんげん・トマト・わかめ・きゅうり・ツナ・ヨーグルト	513kcal 23.3g 18.7g	バナナ	きなこマカロニ
5月29日	火	ごはん・あられ汁・照り焼きチキン・ほうれん草としめじの胡麻和え・メロン	米・にんじん・大根・じゃが芋・かまぼこ・鶏肉・ほうれん草・しめじ・もやし・メロン	373kcal 13.3g 7.5g	ビスケット	おにぎり
5月30日	水	野菜菜しらすごはん・えのきと小松菜のすまし汁・春巻き・キャベツとコーンのおかか和え	米・野菜菜・しらす・えのき・小松菜・にんじん・春巻き・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	425kcal 8.4g 13.8g	ヨーグルト	蒸しパン
5月31日	木	ごはん・豆腐とわかめのみそ汁・肉じゃが・海苔酢和え・カットゼリー	米・豆腐・わかめ・じゃが芋・牛肉・玉ねぎ・にんじん・しらす・さやえんどう・ほうれん草・もやし・つな	456kcal 17.0g 11.3g	オレンジ	せんべい